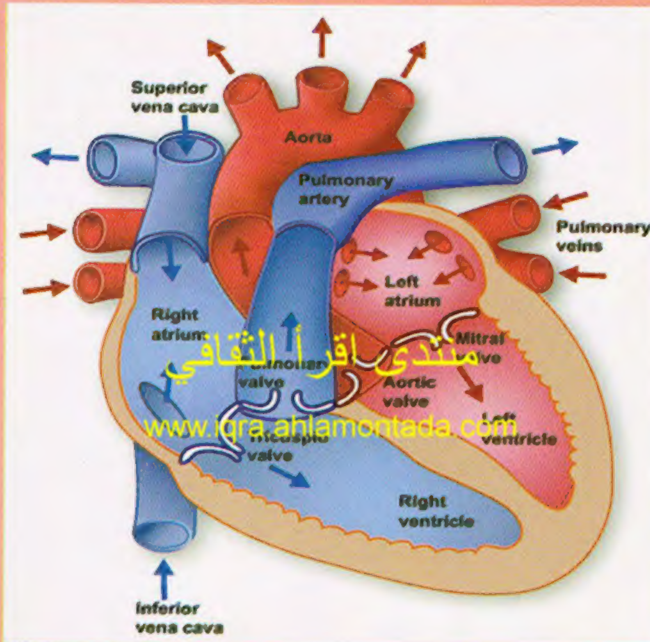
زنجیرەی تەندروستی و ژیان

نەخۆشییەکانی دڵ



دانانی/ لیژنەیەك لە پزیشکان
وەرگێرانی/ د. فەیسەڵ عارەب بلباس
پێداچوونەوە/ موحسین چینی

دەزگەی چینی
بۆ چاپ و بڵاوکردنەوە

زنجیرەی تەندروستی و ژیان

نەخۆشیەکانی دڵ

داناني

لێژنەیەك لە پزیشکان

د. فەیسەڵ عارەب بلّباس

کردوویەیەتیە کوردی

ناوی کتێب: نەخۆشیەکانی دڵ

دانانی: لیژنەیەك لە پزیشکان

گۆڕینی: د. فەیسەڵ عارەب بلّباس

تیراژ: ١٠٠٠ دانە

دیزاین : کارزان سەعدی (مەریوان گرافیك)

ساڵی چاپ: ٢٠١٣

چاپ: چاپخانەی شەهاب – هەولێر

لە بەڕێوەبەرایەتی گشتی کتێبخانە

گشتییەکان ژمارەی سپاردنی

(٤١) ساڵی ٢٠١٣ی دراوەتێ

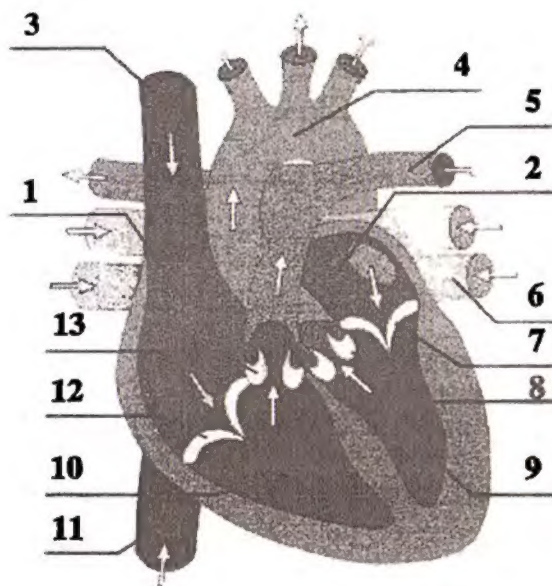
لە بڵاوکراوەکانی دەزگەی چینی

پێشەکی

دڵ ئەو ترومپایەیە کە خوێن بۆ هەموو بەشەکانی جەستە دەنێـرێ. بـۆ نـاردنی ئۆکـسجین و خـۆراکیش هـەر ئـەو ترومپایەیە. ئەوە ترومپای ژیانە. ئەگەر ساغ بـێ ئـەوا لـە زۆر مەترسـیان دوور دەبـین و ئەگـەر تووشـی هـەر دەردێکـیش هـات ئـەوا خـودا و زانـستی پزیـشکی پشتیوانمان بن. ساڵانە ژمارەی ئەوانەی دەبنـە قوربـانیی دەسـتی بەرزبوونـەوەی پەسـتانی خـوێن و رەقبـوونی خوێنبـەرەکان و سـینگەبڕکێ (زەبحـە) بـەهۆی تەسـکبوونەوەی خوێنبـەرەکانی دڵ چـەندە..؟ بێگومـان ژمارەکـە گەورەیـە، بـەڵام ئایـا دەکـرێ خۆمـان لـە نەخۆشیەکانی دڵ بپارێزین..؟ ئەگـەر تووشیـشمان بـوون ئایا دەکرێ چارەسەر بکرێن..؟

ئەمناميلكەيە لە دڵ و سووڕانەوەی خوێن دەكۆڵێتـەوە و بـەگرنگترین نەخۆشـیەكانی دڵـدا دەچـێتەوە و نیـشانە و هۆكـار و رێگـەكانی خۆپاراسـتن لێیـان روون دەكاتـەوە. پاشان ناوی گرنگترین نەشتەرگەریە نوێیەكانی دڵ دێنـیّ، بەو هیوایەی ریّ بەخوێنەر نیشان بدا بۆ هەڵسوكەوتكردن لەگـەڵ دڵ و فێربـیّ چـۆن بیپـارێزیّ و بەباشـیش لەگـەڵ پزیشكدا راوێژ بكا كاتێك كە پێویستی پێی دەبیّ.

Heart دڵ



1. الاذينة اليمنى
2. الأُذَيْنة اليُسرى
3. الوريد الأجوف الأعلى
4. الشّريان الأبهر (أورطي)
5. الشّريان الرّئويّ
6. الوريد الرّئويّ
7. صِمام تاجيّ (قلنسيّ) (أُذينيّ – بُطَينيّ)
8. صِمام أبهريّ (أورطيّ)
9. البُطين الأيسر
10. البُطين الأيمن
11. الوريد الأجوف الأسفل
12. صِمام ثُلاثيّ الشُّرَف (أُذَيْنيّ – بُطَيْنيّ)
13. صِمام رِئَوِيّ

دڵ Heart

١-١ ناساندنی دڵ:

دڵ ئەنــــدامێکی ماســــوولکەیی ناوبۆشــــە کــــە کارەکــــەی ســــوورِاندنەوەی خوێنــــە، بــــەهۆی کورژبوونەکانیــــەوە خــــوێن دەنێرێتە ناو لوولەخوێن و بۆشاییەکانی جەستەوە. بۆیـە دڵ بزوێنەر و پەمپی کۆئەندامی سوورِانەوەی خوێنە.

لــەناوەوە دڵ بــۆ چــوار ژووران دابــەش دەکــرێ: دووانیــان لــەلای راســتە و دووانەکــەی دیکەشــیان لــەلای چــەپەوەیە و هــــەردوو ژووری هــــەر لایــــەکیش بــــە کــــونێکی زمانــــەدارەوە بەیەکــەوە دەگەیــەنرێن. دڵــی مــرۆڤ لەشــێوەدا زۆر بــە دانــە هەرمێیەك دەچێ کە سەرەوخوار کرابێتەوە. هەنـدەی مـستی دەستێك دەبێ و دەکەوێتە ناوچـەی ناوەڕاسـتی لای چـەپەی سینگ لەبن ئێسکە کۆڵـەی سـینگەوەیە. کێـشەکەی نزیکـەی ٣٠٠ — ٢٥٠ گرام دەبـێ و لـەماوەی یـەك خولەکدا حـەفتا تـا هەشتا جاران لێدەدا. دەکەوێتە نـاو پەردەیـەکی بـەهێز پێـی دەگــوترێ پــــەردەی دڵ Pericardium و ژوورەکانیــــشی لــەناوەوە بــە پەردەیــەکی تــەنك داپۆشــراون پێــی دەگــوترێ

ناوپۆشی دڵ Endocardium. ماسوولکە بەهێزەکانی دڵ لە ڕێی لوولەخوێنە تایبەتیەکانی خۆیەوە خواردن وەردەگرن، کە پێیان دەگوترێ "چەمکەخوێنبەرەکان" Coronary Arteries (چونکە لە دابەشبوونیان بەسەر دڵدا زۆر لە جامێك یان کلاوێکی سەر یان دەسکەگوڵێك دەچن – و.).

١–٢ دڵ چۆن کار دەکا:

ماسوولکەی دڵ، ئەو ماسوولکە تایبەتە، وەکو پەمپێك کۆنترۆڵی سووڕانەوەی خوێن لە دوو سووڕدا دەکا، (سووڕی سیپەلاکەکان) و (سووڕی سیستەمی جەستە). لای راستەی دڵ ئەو خوێنەی بۆ دێ کە لە خوێنهێنەرە گەورەکانەوە دەگەڕێتەوە دوای ئەوەی لە سووڕی سیستەمی جەستەدا کۆدەکرێتەوە. پاشان پاڵ بەو خوێنەوە دەنێ بۆ ناو سیەکان بۆ ئەوەی لەو گازە بەکارهاتووەی "کاربۆن دایۆکساید"ە پاك بکرێتەوە و گازی ئۆکسجینی خاوێن وەربگرێ. خوێنە ئۆکسێنراوەکە بە گازی ئۆکسجین لە سیەکانەوە دەگەڕێتەوە بۆ ناو لای چەپی دڵ، کە لەوێشەوە پاڵی پێوە دەنرێ و لە ڕێی گەورەترین خوێنبەری لەشەوە (شاخوێنبەر Aorta)

دەچێتە ناو سیستەمەکەی جەستەوە. پاڵدانی خوێن بەشێوەی نۆرە کورژبوونی ماسوولکەی دڵەوە دەبێ کە دوای ئەوە خاودەبێتەوە. ئەو پەمپە مرۆییە بەهێزە نزیکەی پێنج لیتران خوێن لەهەر خولەکێکدا دەردەدا.

١–٣ هەردوو زگۆڵە و گوێچکەڵەکان:

هەر یەك لەژوورەکانی دڵ رۆڵێکی تایبەتیی خۆی هەیە لە پاڵدانی خوێن. هەردوو ژوورەکەی بەشی سەرەوەی دڵ بە (گوێچکەڵەکان Atria) و هەردوو ژوورەکەی بنەوەشیان بە (زگۆڵەکان Ventricle) ناودەبرێن. هەر گوێچکەڵە و زگۆڵەی لایەکی دڵ بەشێکی سەربەخۆی دڵ پێك دێنن کە لە رووی کارکردنیانەوە دەکرێ بە (دڵی راستە) و (دڵی چەپە) ناوبرێن. هیچ بەیەکگەیشتنێکی سرووشتی لەنێوان دڵی چەپ و دڵی لای راستدا نیە کە رێگە بە خوێن بدا بەناویاندا بڕوا، بەڵکو هەر لایە و سووڕانەوەی خوێنی تایبەتیی خۆی هەیە. لای راست پاڵ بەخوێنەوە دەنێ بۆ ناو سیپەلاکەکان و لای چەپیش خوێن بۆ سووڕی جەستە دەنێرێ.

١-٤ زمانەکانی دڵ

لەنێوان گوێچکەڵەی ڕاست و زگۆڵەی ڕاستەدا زمانەیەك هەیە پێی دەگوترێ (زمانەی سێپەلکە Tricuspid Valve) و بەهەمان شێوەش گوێچکەڵەی چەپ و زگۆڵەی چەپە بەزمانەی قووچەکیەوە (مایترال Mitral Valve) بەیەکەوە دەگەیەنرێن. ئەوەش بۆیە بەو ناوە ناونراوە چونکە بە کڵاوی سەری قەشان دەچێ. پزیشك بەبەکارهێنانی بیستەری پزیشکی گوێی لە دەنگی کرانەوە و داخرانی ئەو زمانانەوە دەبێ کاتێك کە دەیخاتە سەر سینگی نەخۆش. سەرباری ئەو زمانانەی نێوان ژوورەکانی دڵ، زمانەی دیکەش هەن لەناو دەروازەکانی چوونە دەرەوەی خوێن لەدڵەوە: (زمانەی سیپەلاکی Pulmonary) لەنێوان زگۆڵەی ڕاست و خوێنبەری سیپەلاك دایە و (زمانەی شاخوێنبەر Aortic)یش لەنێوان زگۆڵەی چەپ و شاخوێنبەر دایە. ئەو زمانانە هەموویان لەکاتی کرانەوە و داخرانیاندا ڕۆیشتنی خوێن لەهەردوو لای دڵەوە بەیەك ئاڕاستە ڕادەگرن، لە

گوێچکەوە بۆ زگۆڵە و لەوێشەوە بۆ ئەو خوێنبەرەی لێیەوە دەردەچێ.

١–٥ رێکخەری دڵ:

دڵ لەماسوولکەشانەیەکی تایبەت پێک دێ کە توانای لەخۆوە کورژبوونی بەردەوامی هەیە بەبێ ئەوەی ماندووبێ. سەرچاوەی ئەو تەزووە کارەباییەی کە لێدانی دڵ دروست دەکا لەشوێنێکی ناو گوێچکەڵەی راستە دایە و پێی دەگوترێ "گرێی گوێچکەڵەگیرفان Sino-Atrial Node" کە ئەویش لەشانەیەکی تایبەتی پێکهاتووە کە کاری رێکخستنی لێدانی دڵە. ئەم گرێیە تەزووەکە لەماوەی بەشێک لەچرکەیەکدا دەگەیەنێتە کۆمەڵێکی دیکە لە ریشاڵی هەستیاری تایبەت کە هەر بە هی یەکەم دەچن و پێیان دەگوترێ "گرێی زگەگوێچکەڵە Atrio-ventricular Node". ئەوەشیان تەزووە کارەباییەکە یان شەپۆلەکە بۆ دیواری زگۆڵەکان دەنێرێ و دەبێتە هۆی کورژبوونیان. هەر ئەو تەزووە یان شەپۆلە کارەباییەشە کە بە "ئامێری هێڵکاریکردنی دڵ" نەخشەی دەکێشرێ.

١-٦ یەکەی پرۆسەی پاڵدان:

هەرچەندە هەردوو لای چەپ و راستی دڵ بۆ دوو سیستەمی سەربەخۆی جیا کار دەکەن، کە هەر بەشەی کاری تایبەتیی خۆی هەیە، بەلاّم هەردوو لا پێکەوە ئەو کارە ئەنجام دەدەن، بەجۆرێك کە دڵ لەهەردوو لاوە بەیەك پرۆسەی پاڵدانی خوێن کار دەکا. هەروەها کاری زمانەکان لەهەردوو لا پێکەوە لەگەڵ کرداری پاڵدانەکە دەکرێنەوە و دادەخرێن. بەمەش ئەو خوێنەی کە ئۆکسجینی تێدا نیە و لەناو گوێچکەڵەی راستەدا کۆدەبێتەوە دوای گەڕانەوەی لە هەموو بەشەکانی لەش، لەکاتی خاوبوونەوەی دڵ دەکرێتە ناو زگۆڵەی لای راست و لەهەمان کاتیشدا ئەو خوێنەی ئۆکسجینکراوە، کە لە سیپەلاکەکانەوە دەگەڕێتەوە و لەناو گوێچکەڵەی لای چەپدا کۆدەبێتەوە، دەچێتە ناو زگۆڵەی چەپەوە. دیواری هەردوو گوێچکەڵەکان پێکەوە کورژدەبن بۆ ئەوەی خوێنەکەی ناویان پاڵدەنە ناو زگۆڵە خاوبووەکانەوە. پاش ئەوە زمانەکانی نێوان هەردوو گوێچکەڵە و زگۆڵەکان دادەخرێن و ماسوولکەی دیواری هەردوو زگۆڵە کورژدەبن بۆ

ئەوەی خوێنەکەی ناویان پاڵدەنە ناو هەردوو خوێنبەری سیەکان و شاخوێنبەر. لەدواچرکەی کورژبوونەکان هەردوو زمانەی سیەکان و شاخوێنبەر دادەخرێن و نایەڵن خوێنی ناویان بگەڕێتەوە بۆ ناو زگۆڵەکان. ئەوجا باری خاوبوونەوە دەست پێدەکا و دووبارە زگۆڵەکان پڕدەبنەوە لەو خوێنەی کە لە گوێچکەڵەکانەوە دێتە ناویان و بەم شێوەیە سووڕەکە بەردەوام دەبێ. ئەم پرۆسەیە بەبێ وەستان تا دوا چرکەی ژیان بەڕێوە دەچێ.

١-٧. پەلکەکانی زمانەکان:

زمانەکان لە شانەیەکی بەهێزی تایبەت دروست بوون کە توانای بەرگەگرتنی پەستانێکی زۆریان هەیە. زمانەی (مایترال) کە لەنێوان گوێچکەڵە و زگۆڵەی چەپەدایە دوو پەلکەی هەیە بەلاَم زمانە هاوشێوەکەی لەلای راست سێ پەلکەی هەیە.

١-٨. دڵی کۆرپە:

ئەو وەسفەی پێشوو بۆ دڵی منداڵی تازە لەدایکبووش دەبێ، بەلاَم پێش لەدایکبوون کە هێشتا کۆرپەیە لەناو زگی

دایکــی دا، پێویـستی بــەوە نیــە کــە خــوێن ڕەوانــەی سیپەلاکەکانی بکا بۆ گـازگۆڕکێ، چونکە خوێنەکـەی کۆرپـە ئـەو گازگۆڕکێیـەی ئۆکسجین و کـاربۆن دووئۆکسايد لەگـەڵ خـوێنی دایکەکـەدا دەکـا لـەکاتی تێپـەڕینی بـەناو پـەردە تەنکەکانی هـاوەڵ (مەشیمە)، پاشـان خـوێنی پـاك لـەڕێگای ناوکەپــەتی منداڵەکــەوە دەگەڕێتــەوە بــۆ ئــەوەی بــۆ نــاو شـانەکانی جەسته خـواردن بگوازێتـەوە، بـەلاّم ئـەو خوێنـە کەمەی کە بۆ سیەکانی دەچێ ئەوە تەنیا بۆ پێـدانی خۆراکـە بـە شـانەکانی سیپەلاکەکان. یەکـەم دەنگـی گریـانی کۆرپـە دوای لـــەدایکبوونی دەســـتکردنە بەهەناســـەدان و بەمـــەش هەردوو سیەکانی دەکرێنەوە و دەکشێن و پڕ هەوا دەبن دوای ئەوەی لەناو منداڵداندا هێشتا نەکرابوونەوە.

٢- سووڕانەوەی خوێن
Blood Circulation

٢-١. پێناسەی سووڕی خوێن:

بریتیــە لــە ســووڕانەوەی خــوێن لــە ڕێگــای خوێنبــەر و خوێنهێنەر و موولوولەکانی خوێن بەناو جەستەدا کە بـەهۆی کـرداری پاڵدانــەوە لەلایــەن دڵــەوە بـەردەوام دەبــێ. کـاری سیستەمی سووڕانەوەی خوێن گەیاندنی ئۆکسجین و خۆراك و دژەتەن و هۆرمۆن و مـادە کیمیاویـە پێویستەکانە بـۆ گـشت شـانەکانی لـەش لـەپێناو پاراسـتنی تەندروسـتیەکی بـاش و چـالاکی نواندنـدا، لەگـەڵ لابردنـی پاشـەڕۆك و گـازی کـاربۆن دووئۆکـساید لـەناو ئـەو شـانانە. کـۆی گـشتی درێـژیی ئـەو لوولەخوێنانـــە لـــەنێوان (٦٠٠٠٠) و (١٠٠٠٠٠) میـــل دایـــە و کەسێکی گـەورە و پێگەیشتوو جەستەکەی بـەتێکڕا "پێـنج لـیتر" خـوێنی تێدایـە و ئـەو بـڕە خوێنـەش لـەماوەی یـەك خولەکدا بـەناو هـەموو جەسـتەیدا دەسـووڕێتەوە و لـە (٢٤)

کاتژمێریشدا نزیکەی (٧٢٠٠) لیتر خوێن بەناو دڵدا تێدەپەڕێ.
لەڕاستیدا دوو سیستەمی سووڕانەوەی سەربەخۆ لەناو جەستەدا هەیە کە هەر یەکەو پەمپی تایبەت بەخۆی هەیە لەناو چوارچێوەی دڵدا. لە یەکێك لەم سیستەمانەدا کە بە سووڕی خوێنی سیپەلاکەکان ناودەبرێ، لای راستەی دڵ پاڵ بەخوێنەوە دەنێ بۆ ناو سیەکان. لەناو سیپەلاکەکانیشەوە خوێن گازی کاربۆن دووئۆکساید بەرەڵا دەکا و بڕێکی تازە لە ئۆکسجین هەڵدەمژێ. ئەوجا ئەو خوێنە بەئۆکسجینە دەگەڕێتەوە لای چەپەی دڵ کە دووبارە پاڵ دەدرێتەوە بۆ ناو هەموو ئەندام و بەشەکانی لەش. ئەو سیستەمە گەورەیە بە سیستەمی گشتگیر (یان سووڕی گەورە) ناودەبرێ.

٢-٢. سیستەمی خوێنبەرەکان:

ئەو خوێنەی لەلای چەپی دڵەوە پاڵ دەدرێ، دەچێتە ناو شاخوێنبەرەوە کە رەگە خوێنبەرێکی سەرەکیە لەو سووڕە گشتگیرەی خوێن. شاخوێنبەر کە تیرەکەی نزیکەی یەك گرێیە (٢،٥ سانتیمەتر) لەسەرەوە دەچەمێتەوە و بەلای چەپەی لەشدا شۆڕدەبێتەوە. هەر لەسەرەوەی دڵ و لەبەشی

یەکەمی ئەو خوێنبەرە یەکسەر دوو خوێنبەرەکەی دڵ کە بە خوێنبەری کلآوە یان چەمکەخوێنبەر (تاجی) ناودەبرێن لێی جودا دەبنەوە و خوێن بە ماسوولکەکانی دڵ دەگەیەنن، چونکە هەرچەندە برێکی زۆر خوێن بەناو دڵدا دەڕوا بەلآم هەر دەبێ ماسولکە و شانەکانی ئەوانیش بەشی خۆیان لە ئۆکسجین وەکو شانەکانی دیکەی لەش وەربگرن.

لەسەرەوەی بەشە چەماوەکەی شاخوێنبەر سێ خوێنبەری گەورەی لێدەبنەوە کە خوێن بە بەشی سەرەوەی جەستە دەبەخشن، ئەوانیش خوێنبەری مێشکوقۆڵە (کە ئەویش دەبێتە خوێنبەری هاوبەشی مل و خوێنبەری لای راستەی ژێر پیل)، لەگەڵ خوێنبەری لای چەپەی هاوبەشی مل و خوێنبەری ژێر پیلی چەپە.

ئەو دوو خوێنبەرەی کە خوێن بۆ سەر و مل دەگوازنەوە هەردوو خوێنبەری ملن. هەردوو خوێنبەری ژێرپیلیش خوێن بۆ قۆڵەکان دەگوازنەوە. پاشان شاخوێنبەر بۆ خوارەوە وەردەگەڕێ و بەتەنیشت بڕبڕەی پشتەوە بەناوقەد دا دێتە خوارێ. چەند خوێنبەرێکی بچووکتری لێ جودا دەبنەوە بۆ

خوێن گەیاندن بە هەردوو سپیەلاك و گەدە و سپڵ و پەنكریاس و گورچیلەكان و ریخۆڵە و ئەندامەكانی دیكەش. لەنزیك ئاستی ناوكدا شاخوێنبەر دەبێتە دوو لق كە بە خوێنبەری بەرزەهار ناودەبرێن و خوێن بۆ بەشەكانی بەرزەهار (حەوز) و قاچەكان دەگوازنەوە.

ئەو خوێنبەرانەی ناویان هات خوێنبەرە سەرەكیەكانن. هەموو خوێنبەرەكانی دیكەی كە بەناو جەستەدا بڵاوبوونەتەوە لەوانەوە سەرچاوە دەگرن و خوێن بۆ ئەو بەشانە دەنێرن. ئەوانیش لەلای خۆیانەوە لقیان لێ دەبێتەوە و جار دوای جار باریكتر دەبنەوە تا وایان لێدێ بەچاو نابینرێن. دیواری خوێنبەرەكان بەپلەیەكی باش لەریشاڵی ماسوولكەیی دروست بوون كە دەكەونە ژێر كۆنترۆڵی سیستەمێكی سەربەخۆی دەمار. خوێنبەرەكان یەكسەر بە مووله‌وولەكانەوە بەستراونەتەوە.

خوێن بەناو شاخوێنبەردا بەخێرایی (٣٩) سانتیمەتر لەچركەیەكدا تێدەپەڕێ كاتێك كە لەش لەحەسانەوەدا بێ، بەڵام ئەو خێراییە لەكاتی چالاكیدا زۆرتر دەبێ. تا خوێن

بەناو خوێنبەرەکاندا پەرتوبلاوتر دەبێ ئەوەندە خێراییەکەی کەمتر دەبێتەوە. کە خوێن دەگاتە موولوولەکان خێراییەکەی دەبێتە نزیکەی هەشت یەکی خێرایی ناو خوێنبەرەکان.

٢-٣. موولوولەکانی خوێن:

ئەو تۆڕە ئالۆزەی موولوولەخوێنە قەبارە بچووکەی کە لەژماردن نایەن و بەناو هەموو شانەکانی لەشدا بلاوبوونەتەوە، ئەوانەن کە خوێن دەگەیەننە هەموو خانەیەکی لەش.

٢-٤. سیستەمی خوێنهێنەر:

دەبێ ئەو خوێنەی لەناو موولوولەخوێنەکاندایە بگەڕێتەوە بۆ ناو دڵ. ئەمەش ئەرکی خوێنهێنەرەکانە کە بەهەموویان سیستەمی خوێنهێنەر پێکدێنن. خوێن لەناو موولوولە خوێنەکانەوە دەپەڕێتەوە بۆ ناو خوێنهێنەری باریك و پاشان بۆ هی لەو گەورەتر کە تۆڕێك لەو لوولەخوێنانە پێك دێنن کە تا دێ گەورەتر و فراوانتر دەبن، بە پێچەوانەی خوێنبەرەکان، بەلام دیواری خوێنهێنەرەکان لەهی خوێنبەرەکان تەنکتر و نەرمتر و لە رووی ماسوولکەییشەوە

بێهێزتـرن. لەکاتێکـدا کـە خوێنبـەرەکان بـەزۆری لەشـوێنی قـــووڵی نـــاو جەســـتەدان، سیـــستەمی خوێنهێنـــەر زۆر خوێنهێنـــەری وای هەیـە کـە زۆر لـە دەرەوە و تـەنیا لـەژێر پێست دان. ئەگەر لوولەیەکی خوێنبـەر ببڕدرێ، ئـەوا خـوێن لێی فیچقە دەکا، کەچی لە خوێنهێنەری پـچڕاو بەبـەردەوام و هێواش خوێنەکە دێتە دەرێ.

۲-۵. سووڕەکان:

ئەوەی لەپێشەوە لەسـەر سیـستەمی سـووڕانەوەی خـوێن گوترا وا نیشان دەدا کە خوێن لەناو بازنەیەکدا دەخولێتـەوە، کەچی لەراستیدا وا نیە چونکە خـوێن بـەناو چـەند سـووڕێکدا دەڕوا.

۲-٦. کۆنترۆڵکردنی سووڕانەوەی خوێن:

ئەندامەکانی لەش و سیـستەمەکانی بەشـی زۆر جیاوازیـان هەیە لەو بڕە خوێنەی کە لەکاتە جوداکانـدا پێویـستیان پێـی دەبـێ. لەکاتێکـدا دەبیـنین پێویـستیەکانی مێشك بـۆ خـوێن نـەگۆڕە کەچـی پێویـستیەکانی ماسـوولکەکان دەگـۆڕێ. خۆماندووکردنێکی زۆر لەوانەیـە ڕێـژەی خـوێن تێگـەڕانی نـاو

ماسوولکەکان بۆ هەشت ئەوەندەی کاتی ئاسایی و حەسانەوەی لێبێ. لەکەشوهەوای گەرمدا بڕی ئەو خوێنەی کە بەناو جەستەدا دەگەڕێ بۆ فێنك کردنەوەی زۆرتر دەبێ و دوای هەر جەمەخواردنێکیش گەدە پێویستی بە بڕی زۆرتر دەبێ بۆ ئەوەی یارمەتی هەرسکردن و مژینی خواردنەکان بدا.

ئەو جیاوازیانە لە بڕی خوێن لەخۆوە و لە ڕێگەی سیستەمێکی دەماری سەربەخۆوە بەڕێوە دەچێ کە لە ڕێگەی ئەو ریشاڵە ماسوولکەییانەوە دەبێ کە دەورەی خوێنبەرەکانیان داوە.

٢–٧. سیستەمی لیمفی:

خانەکانی خوێن و مادە کیمیاویەکانی و ئەوانەی دیکەی ناو خوێن لەناو شلەیەکدان کە بەناو لوولەی خوێندا دەگەڕێ. ئەو بۆشاییانەی کە لەنێوان شانەکانی لەشدا هەن شلەیەکی لەم جۆرەیان نیە. لەزۆربەی ئەندامەکاندا خواردنەکان لەناو شلەیەکدا هەڵدەگیرێن و دەگەیەنرێنە خانەکان کە دەکەوێتە نێوان شانەکانەوە. هەر ئەم شلەیە پاشەڕۆکەکان

لەخانەکانـــەوە بـــۆ موولوولەخوێنـــەکان دەگوازێتـــەوە. بەسووڕانەوەی خوێن بـەناو مووڵوولەکانـدا ئـەو شـلەیە بـەناو دیـــواری تـــەنکی مووڵوولـــەکانی خوێنـــەوە تێدەپـــەڕێ و دەگۆڕدرێتـــەوە. یـەکێك لـە کارەکـانی سیـستەمی لیمفـاوی ئەوەیە کە ئەو شلەیە کۆبکاتەوە و بیگەیەنێتەوە ناو سـووڕی خوێن. کاتێك کە ئـەو شـلەیەی نێـوان شانەکان دەچێتە نـاو سیستەمی لیمفیەوە پێی دەگوترێ شلەی لیمفی.

بەدرێژایی لوولە لیمفیەکانەوە و لە دووریی جیاوازدا گـرێ هەیە. ئەو گرێیانە لەسەر شـێوەی دەنکـە فاسـوولیادان و لـە شانەیەکی بەستەر پێکهاتوون کە شلەی لیمـف لـە میکـرۆب و تەنــە زیانبەخـشە نامۆکـان پـاك دەکەنــەوە و لەهەرچـیەکی پێیەوە نووسابێ دەیپاڵێون. بارسـتایی قـەبارە گەورەتریـشی هەیـە پێـی دەگـوترێ ئەندامـەکانی لیمفـاوی لەوانـە سـپڵ و هەردوو مـەلازەکان و (تایمـەس کـە دەکەوێتـە پـشت ئێـسکی سینگەوە). ئەم ئەندامانە خانەی سپیی خـوێن بەرهـەم دێـنن کە تایبەتمەندن بە پاراستنی جەستە لە میکرۆبان.

٣- نەخۆشیەکانی دڵ

٣-١. پێشەکی:

نەخۆشیی دڵ زاراوەیەکە کە کۆمەڵەیەکی پتر لە بیست نەخۆشیی هەمەجۆری دڵ و لوولەکانی خوێن دەگرێتەوە. لەهەموو ئەو نەخۆشیانە باوتر رۆماتیزمی دڵ و بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن و نەخۆشیەکانی چەمکەخوێنبەرەکانی دڵن. لەوانەیە جۆری دیکەی نەخۆشیی دڵ هەبن وەك: نارێك دروستبوونی دڵ و لوولەکانی خوێن و نەخۆشیی دیکەی میکرۆبیی وەك سیفیلس و گەرووخڕە و تێکچوونەکانی رژێنی قۆرتەمل یان ئەو نەخۆشیانەی لەکەمبوونەوەی ڤیتامینەکانەوە تووشی دڵ و لوولەکانی خوێن دێن. ئەو پێشکەوتنە گەورەیەی زانستەکانی پزیشکی بەخۆیەوە بینیوە لەکۆنترۆڵکردنی ئەو نەخۆشیانە و چارەکردنی بنبڕیان، بۆتە هۆی ئەوەی زۆران لەوانەی تووشی دەبن بەتەواوی چاك ببنەوە. هەروەها ئێستا توانراوە نۆرە

(تـا)یـەکانی ڕۆمـاتیزمی دڵ نـەهێڵرێ کـە ئـازاری دڵ دەدەن.
ڕێگـە نوێیـەکانی نەشـتەرگەری بـواری رەخـساندووە بـۆ
پینـەکردنی کونـەکانی دڵ و چـاکردنەوەی ناتەواویـەکانی لـە
ڕێگەی نەشتەرگەریی دڵەوە.

بۆ ڕوونکردنەوەی نیشانەکانی تووشبوونی دڵ پێویستە لە
وشەی "نۆرەدڵ" بگەین کە بەتەواوی مانای "نەخۆشیی دڵ"
نـاپێکێ، چـونکە نـۆرەدڵ بـەوە دەگـوترێ کـە یـەکێك لـە
چەمکەخوێنبەرەکانی دڵ " ئـەو خوێنبـەرانـەی خـوێن بـۆ دڵ
دەگوازنـەوە" کتـوپڕ بگـیرێ کـە دەبێتـە هـۆی نەگەیـشتنی
خۆراك و ئۆکسجین بۆ بەشێکی دڵ. هەروەها جیاوازیش هەیـە
لەنێوان "نۆرەدڵ" و "نەخۆشیی دڵ" و "لەکارکـەوتنی دڵ".
"لەکارکەوتنی دڵ" مانای ئەوە نیە کە دڵ لە لێدان کـەوتووە
بـەڵکو مانـای ئەوەیـە دڵ بـەبڕی پێویـست خـوێن دەرنـادا و
سووڕانەوەی خوێن لەناو جەستەدا گۆڕانی بەسەر داهاتووە.

لـەباوترین ئـەو نەخۆشـیانەی کـە کـار لـە دڵ دەکـەن:
"رەقبوونی خوێنبەرەکانە". نەخۆشیی دیکەش هەن کـە کـار
لەدڵ دەکەن لەوانە: سووتانەوەی گورچیلەکان "ئـەوەی کـە

بەنەخۆشـــیی برایـــت" ناســـراوە کـــە نەخۆشـــیەکە لـــەناو گورچیلەدایە و کار لە لوولەخوێنە بچووکەکان و موولوولەکانی خـوێنی هـەموو لـەش دەکـا. نەخۆشـیی شـەکرەش یـەکێکی دیکەیە لەوانە کە بەهەمان شێوازی رەقبـوونی خوێنبـەرەکان کار لەدڵ دەکا.

٣-٢. نیشانەکان:

لەوانەیە نیشانەکانی نەخۆشیی دڵ شێوازی وەك دڵەکوتێ و هەناسەتەنگی بگرێتە خۆی یان شێوازێکی دیکـەی تایبـەتی هەبێ وەك: سینگئێشە، بەتایبـەتی لـە ناوچـەی سـەرمەمکی لای چەپ کە بەو جۆرە ئێشە دەگوترێ"سینگەبڕکێ" لەگـەڵ ئاوســـانی هـــەردوو گـــۆزینگ و پێیـــەکان و سەرەســـووڕە و ناوەنـــــــاوە لەهۆشخۆچـــــــوون و زوو مانـــــــدووبوون و شینومۆرهەڵگەڕانی لێو و کۆخـە کـە هەنـدێك جـار خوێنیـشی لەگەڵدا دەبێ. پێویستە ئەو کەسەی ئەم شـێوازە نیـشانانەی لێ دەردەکەوێ سەردانی پزیشك بکا بۆ ئەوەی دڵنیابێ لەوەی کە نەخۆشیی دڵی هەیە یان نا. پزیشك کە دەستنیـشانی ئـەو نەخۆشیەی بۆ دەکا دەبێ دەرمانی تایبـەتیی بـۆ دیـاری بکـا

پاش ئەوەی لەمێژووی نەخۆشییەکە دەکۆڵێتەوە و پشکنینێکی وردی بۆ ئەنجام دەدا. لەوانەیە پێویست بە هێڵکاریی دڵ بکا (ئەو هێڵکارییە نەخشەی تەزووە کارەباییەکەی کە لێدانی دڵ رێك دەخا نیشان دەدا).

۳-۳. دڵەکوتێ:

دڵەکوتە بەوە دەگوترێ کاتێك کە دڵ خێراتر یان بەشێوەیەکی نارێك لێدەدا کە نەخۆش هەستی پێدەکا. دڵەکوتە لەزۆربەی هەرەزۆری خەڵك دیاردەیەکی ئاساییە چونکە هەموو کەسێك دوای ماندووبوون یان تووڕەبوون و هەڵچوون هەست بە لێدانی دڵی دەکا کە بەهێزتر و خێراترە لەجاران. زۆربەی خەڵك هەست بەلێدانی دڵیان دەکەن بەتایبەتی لەکاتی پاڵدانەوە و کاتێك کە لەسەر لای چەپەیان درێژ دەبن.

هەندێك جۆرە دڵەکوتە هەن کە ئاسایی نین، بەڵام لەهەمان کاتیشدا نیشانەی بوونی نەخۆشی نین لە دڵ، هەرچەندە دەبنە هۆی دڵەڕاوکێ و شپرزەبوون. لەهەموو ئەوانە باوتر (خورپەی دڵ – لێدانێکی کتوپڕ و زێدەیە) کە

لەو کەسانەدا زۆرتر دەبینریٚ کە جگەرەکێشن یان زۆر قاوە و چا دەخۆنەوە یان هەندێك جار وەکو کارێکی لابەلایی لە بەکارهێنانی دەرمانێکەوە پەیدا دەبیٚ.

لەو جۆرە دڵەکوتێیانەی کە نیشانەی نەخۆشین: (ناوەناوە خێرابوونی لێدانی دڵ Paroxysmal Supraventricular Tachycardia لەگەڵ جۆرێکی دیکە (کە پەڵەفرکەی پێدەڵێن) کە تێیاندا لێدانی دڵ بەشێوەیەکی نائاسایی خێرا دەبیٚ. جۆری سێیەمیش هەیە کە پێی دەگوتریٚ (داوەڵەکورژبوونی گوێچکەڵە) کە تێیدا دڵ خێرا لێدەدا بەڵام لێدانەکەی نارێك دەبیٚ و وەکو ئەوە دەردەکەویٚ کە زۆر بیٚ سەروبەر لێبدا.

هەریەك لەو دڵەکوتێیانە لەوانەیە بەهۆی نەخۆشیەکی دڵەوە بیٚ، بەڵام هۆکاری دیکەشیان لەپشتەوە هەیە. لەوانەیە هەڵچوون و فشاری دەروونی پتر ببنە هۆکار کە بەو جۆرە دەگوتریٚ (دڵی دەمارگیر) یان (نەخۆشیی کارکردنی دڵ — واتە نەخۆشیەکە ئەندامی نیە). هەرچەندە ئەو نیشانانە ئەوە

ناگەیەنن کە دڵ زۆر ماندووە بەڵام وا لەمرۆڤ دەکەن کە خۆی نیشانی پزیشك بدا.

٣-٤. هەناسەتەنگبوون:

لەوانەیە دوای چالاکیەکی کەمی وەك سەرکەوتنی قاندرمە، تووشی هەناسەتەنگی بێ. باشترە بۆ ئەو کەسەی کە هەمیشە دوای ماندووبوونێکی کەم تووشی هەناسەتەنگی دەبێ خۆی نیشانی پزیشك بدا. شەوانە لەخەو هەستان لەبەر هەناسەسواری لەوانەیە ئاگاداریەك بێ بۆ ناتەواوی دڵ. بەزۆریش ئەو جۆرە هەناسەسواریەی شەوانە وادەکا هەست بە جۆرە خنکانێك بکا. لەوانەشە هەناسەتەنگی شەوانە نیشانەی زۆر نەخۆشی دیکە بێ.

٣-٥. سینگئێشە (سینەبڕکێ):

ئەو جۆرە ئێشە کە بەزۆری لەناوەڕاستی سینگەوە یان لەسەر دڵ پەیدا دەبێ لەوانەیە دوای جۆرێك لە ورووژان یان خواردنی جەمێکی قورس یان ماندووبوونێکەوە سەرهەڵبدا. ڕەنگە تەنیا یەکدوو خولەکان بخایەنێ و پاشان کە دەحەسێتەوە یان لەکارەکەی دەوەستێ ئازارەکە نامێنێ.

زۆرجـاران ئـەم ئێـشە لەگـەڵ ئـازاری دیکـەی خـۆراك هەرسنەکردن یان بوونی گاز لەناو ریخۆڵەکانـدا تێکـەڵ دەبـێ بۆیە بڕیاری کۆتایی دەبێ بەدەست پزیشکەوە بێ.

٣-٦. ئاوسانی گۆزینگەکان:

کەمبوونەوەی توانای دڵ بۆ پاڵدانی خوێن یـان (کـەوتنی دڵ) سـووڕانەوەی خـوێن تێـك دەدا و ئـەوەش دەبێتـە هـۆی گلدانـەوەی شـلەکان لـەناو شـانەکاندا (ئاوبەنـدی). لەوانەیـە ئاوسانی پێیەکان بەهۆی فراوانبوونی خوێنهێنەرەکانیەوە یان بـەهۆی لەسـەرپێیان وەسـتان بـۆ ماوەیـەکی درێـژ بـێ. ئـەو ئاوسانەی کە نایەڵێ بەئاسانی پێڵاو لەپێ بکـەی یان ئـەوەی کە بە پەنجە پێوەنانی قۆر دەبێ (واتـە پێستەکە لەبن پەنجـە دادەکـەوێ و بـۆ ماوەیـەك شـوێنی پەنجەکـە دەمێنێتـەوە)، ئەوانە پێویستە نیشانی پزیشك بدرێن.

٣-٧. جۆرەکانی نەخۆشی دڵ:

ئەو نەخۆشیانەی کە تووشی دڵ و لوولەکانی خـوێن دێـن یان زگماکین (لەکاتـی دروستبوونی لەناو منداڵدان پەیدا دەبن) یـان بـەهۆی لەناوچـوونی ئەندامەکانـەوە دروسـت دەبـن کـە

بەنەخۆشکەوتن و بەرکەوتنەوە پەیدا دەبن. ئەو ناتەواویانەی کە لەنەخۆشیی سووزەنەك و رۆماتیزم و سووتانەوەی ناوپۆشی دڵ بەبەکتریا و تەسکبوونەوەی خوێنبەرەکانی دڵ و گیرانیان بە خوێنی مەییو و لەکارکەوتنی دڵ و ئەو تێکچوونانەی کە لێیانەوە پەیدا دەبن کاریگەریان لەسەر دڵ دەبێ.

٣-٨. ناتەواویە زگماکیەکانی دڵ:

لەهەموو ئەو ناتەواویە باوانە ئەوەی کە پێی دەگوترێ (چوارینەی فالووپ) و هەندێك جار بە هەڵە پێی دەگوترێ (کۆرپەی شین). یەکێکی دیکەی باو هەیە ئەویش بەردەوام مانەوەی ئەو لوولەیەی کە نێوان شاخوێنبەر و خوێنبەری سیەکان بەیەك دەگەیەنێ کاتێك کە کۆرپە لەناو منداڵدان دایە و هەر دوای لەدایکبوون لەباری ئاساییدا دەبێ دابخرێ. لەوانەیە کون لەنێوان هەردوو زگۆڵەکاندا هەبێ یان ناتەواوی لە زمانەکانی دڵدا هەبێ کە کار لە رۆیینی خوێن دەکا بەناویاندا.

ناتەواویەکی دیکەی دەگمەنتر لەوانەی پێشەوە هەیە کە بریتیە لە (جێگۆڕکێی لوولە خوێنە گەورەکان) کە تێیدا لوولەخوێنە سەرەکیەکانی دڵ شوێنیان پێچەوانە دەبێتەوە بەجۆرێك کە شاخوێنبەر کە خوێنبەری سەرەکیی دڵە لەزگۆڵەی راستەوە لەجیاتی چەپە دێتە دەرەوە و خوێنبەری سیەکانیش کە خوێن بۆ سیپەلاکەکان دەبا لەزگۆڵەی چەپەوە دێتە دەرێ لەجیاتی لای راستە. بەم تێکەڵبوونەی خوێن، خوێنی پیسی گەڕاوە لەناو لەش دەچێتە لای راست و دووبارە رەوانەی ناو سووڕی گەورە دەکرێتەوە لەجیاتی ئەوەی بۆ سیەکان بڕوا. لەهەمان کاتیشدا خوێنی پاکی پڕ لە ئۆکسجین بەبێ مەبەست دەچێتە ناو سیەکان. هەردوو ناتەواویەکانی پێشەوە (چوارینەی فالووپ و جێگۆڕکێی لوولەکان) هەندێك جار بەنەشتەرگەری راست دەکرێنەوە. لەو بارانەی کە کونەکەی نێوان شاخوێنبەر و خوێنبەری سیەکان داناخرێ و هیچ ناتەواویەکی دیکەی لەگەڵدا نیە، ئەو ناتەواویە دەبێتە هۆی ماندووکردنی زگۆڵەی چەپ. ناتەواویەکی دیکەی زگماك هەیە ئەویش ئەو کونەیە کە

شێوەکەی هێلکەییە و لەنێوان هەردوو گوێچکەکانی دڵدایە و دوای لەدایکبوون بەتەواوی داناخرێ، ئەوە دەبێتە هۆی ئەوەی خوێنی بەئۆکسجین لەگوێچکەی چەپەوە بچێتە ناو گوێچکەی راست و لەوێشەوە بچێتەوە ناو سیەکان بێ ئەوەی بەناو لەشدا بڕوا. ناتەواویەکی دیکە هەیە کە پێی دەگوترێ (تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر)، ئەویش لەوەوە پەیدا دەبێ کە بەشێك لەشاخوێنبەر بە نائاسایی تەسك دەبێتەوە و کار لە رۆیشتنی خوێن بەناویدا دەکا. بەپێی ترسناکی ئەو ناتەواویانە و باری تەندروستیی نەخۆش ئەو ناتەواویە زگماکیانە بەنەشتەرگەری چاك دەکرێنەوە. هەندێك لەم ناتەواویانە ئەوەندە سادەن کە کاریگەریەکی ئەوتۆیان لەسەر دڵ نیە و پێویست بەچاکردنەوە ناکەن.

هۆکاری زۆربەی ئەو ناتەواویانە نازانرێ و لەهەندێك باری کەمدا ناتەواوی زگماکی لەمنداڵدا دەردەکەوێ کاتێك کە دایکی لە سێ مانگی یەکەمی دووگیانیدا تووشی سۆریکەی ئەڵمانی هاتبێ.

٣-٩. نەخۆشیی دڵ بەهۆی سووزەنەکەوە:

لەوانەیە نەخۆشیی سووزەنەك (سیفلس) دوای ساڵانێك لەتووشبوون ببێتە هۆی تێکدانی شاخوێنبەر یان زمانەکەی، چونکە ئەو میکرۆبەی سووزەنەك هێرش دەکاتە سەر دیواری شاخوێنبەر و وردە وردە لەشوێنێکی دا دەئاوسێ و فراوان دەبێ و بلۆق دەکا (ئەنیوریزم) و لەوانەیە لەپڕێکەوە بتەقێ.

٣-١٠. رۆماتیزمی دڵ:

ئەو نەخۆشیە بەزۆری لە تەمەنی پێنج تا نۆزدەساڵی دەست پێدەکا بەڵام لەتەمەنی دیکەشدا دەبینرێ. لە ئەنجامی تای رۆماتیزمیەوە دەبێ کە بریتیە لە تێکەڵاوێك لە تووشبوون بە بەکتریای شێوە تەزبێحی Streptococcus و هەستەوەری بۆ بەکتریایەکە. نەخۆشیی رۆماتیزمی دڵ هۆکاری زۆربەی نەخۆشیەکانی دڵە لەوانەی کە تەمەنیان لەخوار بیست ساڵیەوەیە.

لەنیشانە زووەکانی تای رۆماتیزم هەستکردنە بە ماندووبوون و نەمانی حەزچوونە خواردن و رەنگ زەردبوون و کەمخوێنی و زیادنەبوونی کێش. لەوانەیە شوێنەواری

تووشــبوون بــەم دەردە لەمنداڵاندا دەرنەکــەوێ و هــەر بــە شاراوەیی بمێنێتەوە تا دەگاتە قۆناغی مەترسیدار لەتەمــەنی هەرزەکاریدا. نزیکەی نیوەی ئەو نەخۆشانەی کە لەتەمــەنی هەرزەکاریــدا نەخۆشــیی رۆمــاتیزمی دڵیــان لێ دەستنیــشان دەکرێ، پێشتر لــە منداڵیــدا هیچ هەستیان بــەتای رۆمــاتیزم نەکردووە.

ئــەم نەخۆشــیە دەبێتــە هــۆی ســووتانەوەیەك لــەناو ماســوولکە و زمانــەکانی دڵ کــە گــرێ و قەتماغــە لەســەر ئــەو زمانانــە پەیــدا دەکــا، بۆیــە نــاتوانن بــە شــێوەیەکی بــاش کارەکانیــان ئــەنجام بــدەن. نەخۆشــیی تــای رۆمــاتیزم بەدەرمانی وەك (پەنسلین و سولفا) چارە دەکرێ، بەتایبــەتی لــە هــەرزەکار و منداڵانــدا. هەنــدێك جــاریش دەکــرێ بەنەشــتەرگەری ئــەو زمانانــە چــاکبکرێنەوە یــان بگــۆڕدرێن. زۆربــەی ئەوانــەی تووشــی ئــەو نەخۆشــیە بــوون دەتــوانن بەشێوەیەکی ئاسایی بژین ئەگەر چاودێریەکی پزیشکیی باش بکرێن و چالاکیی ئاسایی ئەنجام بدەن.

٢-١١. سووتانەوەی ناوپۆشی دڵ بەبەکتریا:

ئەم جۆرە تووشبوونە بەبەکتریا دەکەوێتە سەر پەردەی ناوپۆش و زمانەکانی دڵ. لەوانەیە هەر دوای تووشبوون بە تای رۆماتیزم پەیدا بێ یان لەوانەی کە ناتەواویی زگماکیی دڵیان هەیە. بەکتریای جۆری خڕەتەزبێحیەکان دەتوانێ بچێتە ناو سووڕی خوێنەوە بەتایبەتی دوای هەر کارێکی نەشتەرگەری کە لەناو لووت و دەم و گەروو و ریخۆڵەکاندا ئەنجام دەدرێ. ئەگەر ئەو میکرۆبانە گەیشتنە زمانە ناتەواوەکانی دڵ ئەوا لەوێ گەشەدەکەن و تووشی نەخۆشیی مەترسیداری دەکەن. بۆیە پێویستە پێش هەر نەشتەرگەریەکی بچووك یان ددان دەرکێشانێك لەو کەسانەی کە پێشتر تووشی تای رۆماتیزم بووینە یان ناتەواویی زگماکیان لە دڵدا هەیە، دەرمانی وەك پەنسلین و سولفا وەربگرن. دوو جۆر لەو نەخۆشیە هەیە کە یەکێکیان تیژ و ئەویدیکە (ژێرتیژ)ە. جۆری دووەمیان زۆرتر باوە. جۆرە تیژەکەی لەپڕێکەوە تووش دێ و لەوانەیە هەر لەچەند هەفتەیەکدا بیکوژێ ئەگەر زوو چارە نەکرێ. جۆری

ژێرتیژەکەی subacute بەزۆری بەهۆی میکرۆبی ناوبراو بە (خڕەتەزبێحیە سەوز)ەکەوە دەبێ و چارەکردنیشی بەحەسانەوەی تەواو لەناو جێ و دەرمانی دژەمیکرۆبەوە دەبێ.

٣-١٢. لەکارکەوتنی چەمکەخوێنبەرەکان:

ئەمە زاراوەیەکە بۆ ئەو نەخۆشیانەی کە لەئەنجامی کەمبوونەوەی خوێنپێداڕۆیشتنی ناو خوێنبەرەکانی کە خواردن بۆ دڵ دەگوازنەوە پەیدا دەبن. لەوانەیە ئەو بارە لەئەنجامی رەقبوونی خوێنبەرەکانەوە بێ کە تێیدا ناوەوەی ئەو خوێنبەرانەی دڵ ئەستوور دەبن و تەسك دەبنەوە. کە ئەو خوێنبەرانە تەسك دەبنەوە، خوێن بەو خۆراك و ئۆکسجینەی کە هەڵیگرتیە کەمتر دەگاتە دڵ. (سینگەبڕکێ) یان گیرانی ئەو خوێنبەرانە جۆرێکن لەو کەوتنەی چەمکەخوێنبەرەکان. (تەماشای بەشی سینگەبڕکێ بکە).

٣-١٣. خوێن مەیینی ناو چەمکەخوێنبەرەکان:

جۆرێك لە نۆرەدڵ هەیە پێی دەگوترێ (مەیینی خوێن لەناو چەمکەخوێنبەرەکان) یان (گیرانی

چـــەمکەخوێنبەرەکان) کـــە لەگـــەڵ گیرانـــی یـــەکێك لەخوێنبەرەکانی دڵەوە دەبێ بەهۆی مـەیینی خـوێن لەناویـدا یان چەوری لەناوەوە لەسەر دیوارەکەی دەنیشێ و لەدواییـدا دەیگیرێنی. گیرانی ئەو خوێنبەرانە دەبێتـە هـۆی ئـەوەی کـە بەشێك لەماسوولکەی دڵ ئەو خواردنانەی بۆ نەچێ کە لـەرێی ئەو خوێنبەرەوە پێی دەگا، ئەمـەش دەبێتـە هـۆی ئـازارێکی توند لەسەر سینگ و هەندێك جار بۆ هـەردوو باسکەکان یـان بـۆ گـەروو و پـشتیش دەچـێ و بـۆ مـاوەی چـەند کاتـژمێرێك دەمێنێتەوە (ئەمەیە جەڵتەی دڵ). زۆرجار لەگەڵ ئەو ئێشەدا تونـــــدی لەســـــەر ســـــینگ و عارەقـــــەکردنێکی زۆر و هەناسەتەنگیەکی بەهێز هەستیان پێ دەکرێ. بەدەگمـەنیش وادەبێ نەخۆش لەهۆشخۆی بچێ. لەوانەیە هێڵنج و رشـانەوە رووبدەن و بەمەش لەگـەڵ بەدهەرسکردنێکی تیـژی خـواردن تێکەڵ دەبـێ بـێ و زوو دەستنیـشان نـاکرێ و نناسـرێتەوە. لەزۆر بارانـدا نـەخۆش تووشـی شـۆکی (سـاتمە = سـەدمەی) دەمـــاری دێ. فریاکـــەوتنی خێـــرا بـــۆ نـــەخۆش بریتیـــە لـــە پاڵدانەوە لەسەر جێگە و کردنەوەی جلەتـەنگ و تەسکەکانی

بەری و نابێ لێ بگەڕێی بڕوا یان لەتەلەفۆن قسان بکا.
هەروەها نابێ هیچ دەرمانێکی بدەیێ تا پزیشك بەخێرایی دەیگاتێ و بۆی دادەنێ. پێویستە یەکێك لەگەڵیدابێ بۆ دڵدانەوەی تا ئەوکاتەی پزیشك دەگاتە سەری.

لەزۆر باراندا ئەگەر نۆرەدڵەکە نەبێتە هۆی مردن، خێرا پرۆسەی چاکبوونەوە دەست پێدەکا و شانەیەکی قەتماغەئاسا لەشوێنی ماسوولکە مردووەکەی دڵدا دروست دەبێ. لەهەمان کاتیشدا ئەو خوێنبەرە بچووکانەی لەدەوروپشتی ناوچەکەن یارمەتی دەدەن بۆ گەیاندنی خۆراك لەڕێی خوێنەوە. بەم کردارە دەگوترێ (سووڕی لاچەپ یان پەڕگە). ئەم نۆرە دڵە لەزۆربەی نەخۆشەکان (٨٠٪) چاك دەبێتەوە، بەڵام چاکبوونەوەکە بەلای کەم چوار حەفتەی دەوێ. باشتر وایە هەمیشە نەخۆشەکە لەنەخۆشخانەدا بمێنێتەوە بۆ ئەوەی چاودێری باشتر بکرێ و ئۆکسجینی بدرێتێ چونکە ئەمڕۆ ئامێری پێشکەوتوو هەیە. باوەڕ وایە کە هەردوو حەفتەی دووەم و سێیەمی دوای نۆرەدڵەکە

مەترسیدارترین بۆ دروستبوونی ناتەواوی لابەلا.

چارەکردنەکەشی هەر بەحەسانەوەی تەواو و کەمکردنەوەی ئازار و دڵەڕاوکێیەکەیە بە دەرمانی ئارامدەر. ئۆکسجین و هەندێك دەرمانی تایبەت بەخوێن نەمەیین (خوێن شلکەرەوە) باشن. لەوانەیە نەخۆش حەسانەوەی ناو جێی بۆ ماوەی شەش حەفتان پێویست بێ بەپێی توندی نەخۆشیەکەی، پاشان دەست بەچالاکیەکانی دەکاتەوە. لەوانەیە پزیشك خواردنی تایبەتیی بۆ دەست نیشان بکا لەگەڵ ناوەندگرتن لەهەموو شتێکدا. لەوانەیە پێویست بکا واز لەجگەرەکێشان بێنێ و جەمی قورس نەخوا. زۆربەی ئەو نەخۆشانە ئەگەر پەیڕەوی ئامۆژگاریەکانی پزیشك بکەن لەدواییدا دەگەڕێنەوە سەر کاروباری ئاسایی جارانیان.

٣-٤. کەوتنی دڵ:

ئەم زاراوەیە مانای ئەوە نیە کە دڵ بەیەکجاری وەستاوە، بەڵکو مانای ئەوەیە کە توانای پاڵدانی خوێنی کەمبۆتەوە. دوو جۆرە کەوتنی دڵ هەیە کە ڕێگرن لەبەردەم

خوێن گواستنەوەی ئاسایی. جۆری یەکەم کە بە (کەوتنی سووڕانەوە یان کەوتنی پێشەوە) ناودەبرێ کە تێیدا دڵ ناتوانێ بەبڕی پێویست خوێنی ئۆکسجینکراو بۆ شانەکان بنێرێ، چونکە خوێن لێڕۆیشتنێکی زۆر (خوێن بەربوون) بووەتە هۆی کەمبوونەوەی قەبارەی خوێنی ناو لەش.

لەجۆری دووەمی کەوتنی دڵدا، کە بە (کەوتنی دواوە یان خوێنتێوەستان) ناسراوە، ماسوولکەی دڵ ئەو توندبوون و کورژبوونەی جارانی نامێنێ و ناتوانێ خوێنی ناو ژوورەکانی بەهەمان خێرایی پڕبوونیان دەربداتە دەرەوە. بەم هێواشبوونەوەیەی خوێن لەسووڕانەوەدا شلەکان لەناو لەشدا کۆدەبنەوە و لەوانەیە ببنە هۆی ئاوبەندبوون و ئاوسانی گۆزینگەکان. بەهۆی کۆبوونەوەی ئاو و شلە لەناو سیپەلاکەکانی، نەخۆش هەناسەی تەنگ دەبێ و لەوانەیە خواردنی پێ هەرس نەکرێ لەبەر خوێنتێوەستان لەناو جەرگ و ئەندامەکانی دیکەی ناو زگی. لەوانەیە ئەم جۆرە کەوتنەی دڵ دوای نۆرە دڵێکی توند یان تای رۆماتیزمی پەیدا بێ یان

دوای بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن بۆ ماوەیەکی درێژ یان لەبەر هەبوونی ناتەواویەکی زگماکی.

لە کەوتنی سووڕدا نەخۆش ڕەنگی زەرد و خەواڵو دەبێ و لوولەخوێنهێنەرەکانی لەبن پێست دەپەنمێن و دەردەکەون، بەڵام لە کەوتنی دڵدا ئەوا ڕەنگی پێست شین هەڵدەگەڕێ و خوێنهێنەرەکانی ملی دەئاوسێن و نەخۆش بەدەنگ هەناسە دەدا (واتە دەنگی هەناسەدانی دەبیسترێ). شین و مۆربوونی پێست لەبەر ئەوەیە کە خوێنی ناو خوێنهێنەرەکان تێر ئۆکسجین ناکرێ و شانەکانیش تووشی کەم ئۆکسجینی دەبن، لەهەمان کاتیشدا گازی کاربۆن دووئۆکساید لەناو خانەکاندا کۆدەبێتەوە.

چارەکردنی کەوتنی دڵ بە حەسانەوە و خواردنی تایبەت دەبێ کە خوێی کەم بێ لەگەڵ دەرمانی جۆری (دیجۆکسین) و میزدەردان (مودەریر) بۆ دەردانی شلەی کۆبۆوە.

٣-٥. ناتەواویەکانی کە لەگەڵیدا دەردەکەون:

ڕەقبوونی خوێنبەرەکان و بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن و سووتانەوەی گورچیلەکان لەو نەخۆشیانەن کە پەیوەندیان بەنەخۆشیەکانی دڵەوە هەیە. لەوانەیە سووتانەوەی

گورچیلەکان ببێتە هۆی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن و بارگرانی بخاتە سەر دڵ و لەوانەشە کار لەموولوولە خوێنەکان بکا و شلە لەناو شانەکانی لەش کۆبکاتەوە و ئاوسان لەزۆر شوێندا رووبدا.

٤- سینگەبڕکێ
Angina pectoris

ئازارێکی تیژە لە سینگ هەستی پێدەکرێ، ئەویش لەبەر ئەوەی ئۆکسجین ناگاتــە بەشـێك لەماسـوولکەی دڵ. زۆربــەی ئەوانــەی تووشــی ســینگەبڕکێ دەبــن بەئاســانی دەتــوانن لــە ئازارەکــانی دیکــەی ســینگ جــودای بکەنــەوە، وەك ئــەوەی لــەکاتی هەرســـنەکردنی خــۆراك روو دەدا یــان دوای مــەیینی خوێن لەناو خوێنبەرەکانی دڵ پەیدا دەبێ، چونکە ئەو ئازارە سرووشتێکی وای هەیە کــە نــەخۆش لێــی تێکناچــێ. بــەوەش دەناســرێتەوە کــە هەســت بەتوندیــەك و قورســاییەك لەســەر سینەی دەکا کە وەکو خنکان وایــە. وشــەی بڕین Angina لەپزیــشکیدا بــەو ئــازارە دەگــوترێ کــە لەهــەر شــوێنێکی جەستەدا بێ، بەڵام لەبەر ئەوەی سینگ لەهەموو شوێنێك پتر تووشی ئەو ئێشە دەبــێ بۆیــە وشــەی بــڕین (زەبحــە) ئەگــەر بەتەنیاش بەکارهات ئەوا هەر مانای ســینگەبڕکێ دەگەیــەنێ. بــەزۆری ئــەو ئــازارە لــەلای چــەپی ســینگەوە دەبــێ و لــەبن

ئێسکی سینگەوە دەست پێدەکا و زۆرجاران بۆ مل و گەروو و کاکیلەی خوارەوەش دەکشێ، ئەوجا بۆ قۆڵی چەپە دێتە خوارێ. بەدەگمەن بۆ لای گەدە و پشتەوە یان لای راستی سینگیش دەڕوا.

سینگەبڕکێ پتر لەپیاواندا روودەدا و لەتەمەنی گەورە لەهی گچکان زۆرترە. لەبنەڕەتدا نەخۆشیەکی سەربەخۆ نیە بەڵکو نیشانەیەکە بۆ ئەو نەخۆشیانەی کە تێیاندا رێگە لەچوونی ئۆکسجین بۆ دڵ دەگیرێ. هۆکاری راستەوخۆش بەزۆری تەسکبوونەوە یان گیرانی ئەو خوێنبەرانەیە کە خوێن بۆ دڵ دەگوازنەوە. ئازارەکە لەگەڵ هەر چالاکیەکدا دەردەکەوێ کە باری دڵ قورس بکا. زۆرجاران لەگەڵ راهێنانی وەرزشیدا پەیدا دەبێ بەتایبەتی کە لەدەرەوە بێ و هەوا سارد بێ یان دوای جەمێکی قورس. بە هەڵچوونی سۆز و خواردنی قورس و بەو چالاکیانەش کە بارگرانی دەخەنە سەر دڵ روو دەدا. هەندێك جار لەشەوانیش دەبێ کە بەوانە دەگوترێ سینگەبڕکێی شەوانە و باوەڕ وایە بەهۆی خەونی ناخۆشەوە پەیدا بێ.

زۆرکەم ئازارەکە لە پێنج تا دە خولەك پتر دەخایەنیٚ و بەزۆریش کەمتر لەو ماوەیە درێژە دەکێشیٚ. بەحەسانەوە و وەستان لەچالاکیەکەدا نامێنیٚ. هەندێك دەرمان هەن کە یەکسەر ئازاری سینگەبڕکیٚ نایەڵن. بەزۆری لەوانەیە کە پێیان دەگوترێ (نایترۆگلیسیرین). ئەو دەرمانانە نابیٚ بەبیٚ پرسی پزیشك بەکار بهێنرێن. سینگەبڕکیٚ ئاگادارکردنەوەیە بۆ ئەوەی کە دڵ بارگرانیەکی زۆری لەسەرە و پێویستە لەسەری لاچیٚ پێش ئەوەی تووشی لەناوچوون بیٚ. ئەوەی کە تووشی سینگەبڕکیٚ بووە پێویستە لەژێر چاودێریی پزیشك دا بیٚ. هەروەها لەهەر جارەی کە ئازارەکە پەیدا دەبیٚ پێویستە بچێتەوە لای پزیشك. ئەگەر پزیشك دەستنیشانی کرد کە ئەوە سینگەبڕکێیە ئەوا پێویستە هۆکارەکەی بدۆزێتەوە و چارەسەریی پێویستی بۆ بکا. لەهەمان کاتیشدا پێویستە نەخۆش خۆی لەدووبارەبوونەوەی بپارێزیٚ بەوەی کە خۆی نەخاتەوە هەمان هەڵوێست. بۆ ئەمەش دەبیٚ بزانیٚ چ بارێك زۆرتر تووشی نۆرەکەی دەکا و دەبیٚ ژیانی وا رێك بخا کە لەو ئازارە دووربیٚ. دەبیٚ لەهەموو

ئەوانە دووربکەوێتەوە کە ماندوو یان تووشی هەڵچوونی دەکەن و نابێ ئەو راهێنانە وەرزشیانە بکا کە زیاد لەپێویست ماندووی دەکەن. پێویستە هەمیشە برێک لەو دەرمانانەشی پێبێ کە لەکاتی تووشبووندا دەیخوا بۆ نەهێشتنی نۆرە سینگەبڕکێیەکە.

٥- پەستانی خوێن
Blood Pressure

٥-١. پێناسە: بریتیە لەو پەستانەی کە خوێن لەکاتی تێپەڕینی دەیخاتە سەر دیواری لوولەکانی خوێن. مەبەستیش لەو زاراوەیە پەستانی ناو خوێنبەرەکانە کە بەپەستانی خوێنبەرەکان ناودەبرێ. ئەو پەستانە بەچەند هۆکارێکەوە بەندە، لەوانە: ئەو پاڵدانەی کە دڵ دەیخاتە سەر خوێن، ڕێگریکردن بۆ ڕۆیشتنی خوێن لەلایەن خوێنبەرە تەسك و موولوولەخوێنەکانەوە، بڕی ئەو نەرمی و لاستیکیەی کە لەخوێنبەرە سەرەکیەکاندا هەیە لەگەڵ قەبارەی ئەو خوێنەی لەناو لوولەکانی خوێندا دەسووڕێتەوە و ڕادەی چڕی یان خەستی خوێنەکەش.

هۆکارە گرنگەکەی دیاریکردنی پەستانی خوێن ئەو پاڵدانەی دڵە کە مەبەست لێی ئەو خێراییەیە کە دڵ خوێنەکەی پێ ڕەوانە دەکا (ئەوەش بریتیە لە تێکڕای لێدانی

دڵ)، بڕی ئەو خوێنەی دەری دەدا، توانای ئـەو پاڵدانـەی دڵ لـەکاتی کورژبـوونی ماسـولکەکەی و نـاردنی خوێنەکـە بـەناو خوێنبەرەکانـدا. کاتێـك کـە ماسـوولکەی دڵ خـاو دەبێتـەوە لەدوای لێدانی ئەوە پێی دەگوترێ پەستانی خاوبوونەوە.

ئەو خوێنبەرە سەرەکیانەی کە لەدڵـەوە دەردەچـن بـەوە دیارن کـە دیوارەکانیـان ریشاڵی نـەرم و بـەهێزی لاسـتیکیان تێدایـە کـە دەتـوانن بکـشێن و ئـەو پەسـتانەی کـە لەلێـدانی دڵـەوە پەیـدا دەبـێ بیمـژن. لەگـەڵ هـەر لێـدانێکی دڵـدا خوێنبەرەکان دەکشێن و ئەو پەستانە کاتیەی کە پەیدا دەبێ هەڵیدەمـژن. بەخاوبوونـەوەی دڵـیش خـۆی ئامـادە دەکـا بـۆ لێدانی ئایندە کـە زمانـەی شـاخوێنبەر دادەخـرێ بـۆ ئـەوەی نەیەڵێ خوێن بۆ دواوە بگەڕێتەوە ناو دڵ و لەنێوان کورژبوون و خاوبوونەوەی دڵیشدا دیـواری خوێنبـەرەکان کـورژدەبن بـۆ ئـەوەی خوێنەکـە پاڵـدەن بـۆ نـاو لـەش. بـەم شـێوەیە خوێنبەرەکان وەکو پـەمپ کاردەکـەن و لەکاریگـەری لێـدانی دڵ کەمدەکەنەوە و وادەکەن بەردەوام خوێن بەناو لوولەکاندا بڕوا. بەهۆی ئەوەشەوە، لەڕاستیدا دوو جۆرە پەسـتان لـەناو

خوێنبەرەکاندا پەیدا دەبێ لەگەڵ هەر لێدانێکی تەواوی دڵ کە یەکێکیان بەرزترە و لەکاتی کورژبوونی دڵ دەبێ (پێی دەگوترێ پەستانی کورژبوون) و ئەویدیکەش نزمترە و لەکاتی خاوبوونەوەی ماسولکەی دڵ دەبێ (پێی دەگوترێ پەستانی خاوبوونەوە). ئەم دوو پەستانە یەك لەدوای یەکە بە پەستانی کورژبوون و خاوبوونەوە (ناوە زانستیەکانیان: سیستۆلی و دایەستۆلی) ناودەبرێن.

سیستەمی سووڕانەوەی خوێن لەگەوراندا نزیکەی پێنج لیتر خوێنی تێدایە. ئەو بڕەش نەگۆڕە و ئەگەر کتوپڕ ئەو بڕە کەمبۆوە بەهۆی خوێن لەبەرچوونەوە، ئەوا بەتوندی پەستانی خوێن دادەبەزێ. هەروەها پەستانەکە لەو کاتەشدا دادەبەزێ کە لوولەکانی خوێن زۆر فراوان دەبن با قەبارەی خوێنەکەش نەگۆڕێ، وەك لەکاتی هەستەوەریدا روودەدا.

٥-٢. گۆڕانەکان لەپەستانی خوێن:

بەشێوەیەکی ئاسایی رۆژانە پەستانی خوێن بەرز و نزم دەبێتەوە بەڵام لەچوارچێوەیەکی دیارکراودا، ئەوەش بۆ دابینکردنی پێویستیەکانی لەش لەکاتە جیاجیاکاندا. ئەم

گۆڕانانەش بەدوو هۆکار روو دەدەن: یەکەمیان: ئەو گۆڕانـەی کە لەخێرایی لێدانی دڵدا روودەدا و دووەمیش: ئەو گۆڕانانەی کە لە تەسکبوونەوە و فراوانبوونی خوێنبـەر و موولوولەکانـدا دەکرێن.

٥-٣. پێوانی پەستانی خوێن:

بەزۆری پزیشك خوێنبـەری باسـك (قـۆڵ) هەڵدەبـژێرێ بـۆ پێـوانی پەسـتانی خـوێن. بـۆ ئـەم مەبەسـتەش ئامێرێـك بەکاردێنێ پێـی دەگـوترێ ئـامێری پێـوانی پەسـتانی خـوێن. ئەویش لەتوورەگەیەکی لاکێشەیی پانی لاسـتیکی پێکهـاتووە (کـە لـەقۆڵ دەپێـچرێ و دەلێـی قـۆڵی کراسـە). لـەو توورەگەیەشـەوە لوولەیـەکی لاسـتیکی دێتـە دەرێ و بەلوولەیـەکی شووشـەییەوە دەبەسـترێتەوە کـە سـتوونیە و جیـوەی تێدایـە. بەدرێـژایی ئـەم لوولـە شووشـەییە ژمـارەی پلەپلەکراو هەیـە کـە بـەرزیی جیوەکـەی نـاوی بـە میللیمـەتر دیـاری دەکـا. لەهەنـدێك ئـامێردا لـەجیاتی سـتوونە جیوەکـە پێوەرێکی دیکە بەکاردێ کە وەکو کاتژمێر وایە.

چۆنیەتی بەکارهێنانی ئامێری پەستانی خوێن بەو شێوەیە کە پزیشک توورەگە لاستیکیەکە لەباسکی نەخۆشەکە دەئاڵێنێ و پاشان بڕێك هەوای تێدەکا ئەویش لەرێگەی پەمپە لاستیکیەکەوە کە وەکو سەلکەپیازێك وایە و بە لوولەیەکەوە بە توورەگە لاستیکیەکەوە بەستراوەتەوە. تا پەستانی هەوای ناو توورەگەکە زۆرتر بێ ئەوە دەبێتە هۆی وەستانێکی کاتی لە رۆیشتنی خوێن بەناو خوێنبەرەکەی باسکدا. ئەو بەرزبوونەوەیەی هەوای ناو توورەگەکە دەبێتە هۆی هەڵکشانی ستوونی جیوەکەی ناو لوولە شووشەییەکە یان میلی ئامێرە شێوە کاتژمێریەکە دەجووڵێ و بڕی پەستانەکە نیشان دەدا.

دوای ئەوە پزیشک سەری بیستەرەکەی دەخاتە سەر خوێنبەرەکەی باسك و لەسەرخۆ و وردە وردە هەوا لە توورەگەکە بەردەدا و لەهەمان کاتدا بڕی پەستانەکە دێتە خوارێ. هەرکە رۆیشتنی خوێن بەناو خوێنبەرەکەدا دەست پێدەکاتەوە، پزیشک گوێی لەدەنگێك دەبێ کە لەلێدانی دڵەوە پەیدا دەبێ. لەیەکەم دەنگی کە پزیشک دەیبیستێ

سەیری خوێندنەوەی ئاستی جیوەکە دەکا و ئەو نمرەیەش بەپەستانی کورژبوون دادەنرێ. بەبەردەوامبوون لە بەردانی هەواکەی ناو توورەگە لاستیکیەکە دەنگەکە بەرزتر دەبێتەوە تا دەگاتە ئەو کاتەی لەپڕێکەوە کز دەبێ یان هەر نامێنێ.
ئەو کاتەی کە دەنگەکە کز دەبێ یان نامێنێ ئەوە پەستانی خاوبوونەوەیە و پزیشك ئەو خاڵەی دووەمیش لە ئاستی جیوەکە تۆمار دەکا. بۆیە بەزۆری پەستانی خوێن بە دوو ژماران دیاری دەکرێ کە یەکێکیان لەسەر ئەویدیکە دەنووسرێ، وەك: ۸۰\۱۲۰ بۆ نموونە، و دەخوێندرێتەوە سەدوبیست لەسەر هەشتا کە ژمارەی یەکەم پەستانی کورژبوون و ژمارەی دووەم پەستانی خاوبوونەوەیە و هەردووکیشیان بە میللیمەتر جیوە دەپێورێن. (هەندێك جار سفرەکان ناخوێندرێنەوە و هەر دەڵێن دوازدە لەسەر هەشت، ئەمە تەنیا بۆ کورتکردنەوەیە ئەگینا راست نیە. و.).

زۆر زەحمەتە پەستانێکی دیاریکراو وەکو پەستانی ئاسایی دەستنیشان بکرێ چونکە پەستانی خوێن هەمیشە لەگۆڕاندایە و لەنێوان نێر و مێ دا جیاوازی هەیە و لەتەمەنە

جیاوازەکانیشدا دەگۆڕێ، لەنێوان دوو کەسی یەك تەمەنیشدا هەر جیاوازی هەیە. لەتەمەنی گچکەییدا پەستانی ئاسایی لەنێوان سەد و سەدوچل میللیمەتر و لە تەمەنی شێست سالّیش لەنێوان سەدوچل و سەدوحەفتا میللیمەتر دایە.

لەژنان پەستانی کورژبوون بەڕێژەی پێنج میللیمەتر لەهی ئەو پیاوانە کەمترە کە لەهەمان تەمەنی ئەواندان، بەلاّم ئەم جیاوازییە وردە وردە و لەگەلّ تەمەن هەلّکشاندا کەم دەبێتەوە تا دەگاتە باری یەکسانبوون لەنێوان پیرەمێرد و پیرەژناندا. هەندێك جاران تەمەنی نەمانی خولی مانگانە (بێنوێژی) دەبێتە هۆکارێك بۆ بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن لەناو ئافرەتاندا.

هەروەها پەستانی خوێن لەکاتی جیاوازیشدا دەگۆڕێ بەپێی ئەو چالاکیانەی کە کەسەکە لەکاتی دیاریکراودا ئەنجامیان دەدا. بەزۆری بەیانیان لەکاتی لەخەو هەستاندا لەنزمترین ئاستە. چالاکیەکی جەستەیی زۆریش لەوانەیە پەستانی خوێن بۆ شێست تا هەشتا میللیمەتر جیوە لەسەرووی پەستانی ئاسایی بەرز بکاتەوە. دەمارگیری و

تووڕەبـوون و تـرس دەبنـە هـۆی بەرزبوونـەوەی پەسـتانی کورژبوون، هەروەها لەکاتی خەونی جڕناوفڕناشدا (کابووس).

زۆربـوونی کێـشی لەشـیش دەبێتـە هـۆی بەرزبوونـەوەی پەستانی خوێن.

٦- پەستانی بەرزی خوێن
High Blood Pressure

٦-١. پێناسە: تێکچوونێکی ناو کۆئەندامی سووڕانەوەی خوێنە کە دەبێتە هۆی پەستانێکی زۆر لەسەر دیواری خوێنبەرەکان. مەترسیەکانی کە لەبەرزبوونەوەی پەستانی خوێنەوە پەیدا دەبن بریتیە لە لەتێکچوونی لوولەکانی خوێن و بارگرانی خستنەسەر دڵ. بەزۆری هۆکاری ئەمە دیار نیە و لە نزیکەی (١٠٪) دە لەسەدی ئەو بارانە دەکرێ هۆکارەکەی بگەڕێندرێتەوە بۆ نەخۆشیەکی وەك: سووتانەوەی گورچیلەکان یان گرێیەك لە گلاندەکانی سەر گورچیلەکان یان تەسکبوونەوەیەکی زگماکی لەشاخوێنبەردا کە خوێنبەرێکی سەرەکیی لەشە. جۆرێکی زۆر بەرز لەو پەستانە هەیە کە بەپەستانی دژوار ناودەبرێ. (هەندێك لەپزیشکان پێیان باشە ناوی لێبنێن ئەوپەڕی خێرایی پەستان).

٦-٢.دەستنیشانکردن و چارەسەری:

بەشێوەیەکی گشتی کاتێك پەستانی بەرزی خوێن دەستنیشان دەکرێ کە پەستانی کورژبوونەکەی دەگاتە نزیکەی سەتوشێست میللیمەتر جیوە. بەلاّم بەهۆی ئەو جیاوازیەی کە پێشتر باسمان کرد هیچ پزیشکێك بەیەکجار پێوانی پەستانی خوێن بڕیار نادا کە بەرزبۆتەوە، چونکە بەرزبوونی پەستانی خوێن کە لەبۆنەیەکدا بۆ یەکەمجار تۆمار دەکرێ رەنگە لە دەمارگیریەکی کاتیەوە یان بەهۆی هەڵچوونەوە بێ. بەزۆریش نەخۆش لەکاتی پشکنینیدا تووشی دڵەڕاوکێیەك دەبێ بۆ زانینی ئەنجامی پشکنینەکەی، بۆیە لەوانەیە ببێتە هۆی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێنی بۆ ماوەیەکی کاتی.

هەروەها پزیشك بەتەنیا بەخوێندنەوەی پەستانی خوێن بڕیار نادا، بەڵکو کاتێك بەبەرزبوونەوەی دادەنێ کە بۆ ماوەی چەند مانگێك هەر بەبەرزی بمێنێتەوە و ئەگەر پشکنینی دیکەش ئەو بەرزبوونەوەیەی سەلماند، ئەوجا بەبەرزبوونەوە دادەنرێ. لەناو پشکنینەکانی دیکەی کە بۆ ئەم مەبەستە

ئەنجام دەدرێن: باری لوولەکانی خوێنی ناو تۆڕی چاوە کە بە ئامێرێك تەماشا دەکرێ کە پێی دەگوترێ دووربینی بینینی بنەبانی چاو Ophthalmoscope. بەهۆی ئەو روونیەی کە لەتۆڕی چاودا هەیە پزیشك دەتوانێ بەئاسانی باری لوولەخوێنە باریکەکانی ناوی ببینێ. بەمەش سەرباری دەستنیشانکردنی بەرزبوونەوەی پەستان دەتوانێ بڕی توندیی ئەو بەرزبوونەوەیە دیاری بکا. لەبەر ئەوەی درێژەکێشانی بەرزبوونی پەستانی خوێن دەبێتە هۆی تێکچوون یان ئاوسانی ماسوولکەی دڵ بۆیە پێویستە دڵیش بپشکنرێ.

لە نزیکەی نەوەت لەسەدی هەموو بارەکانی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن ناتوانرێ هۆکارەکەی ببینرێتەوە، بۆیە بەو بارانە دەگوترێ بەرزبوونەوەی پەستانی خوێنی سەرەتایی یان بنەڕەتی یان لەخۆوە پەیدا بوو. هەرچی ئەو (٪١٠) دە لەسەتەی کە دەمێنێتەوە ئەوا دەکرێ بۆ یەکێك لەنەخۆشیەکان بگەڕێنرێتەوە، وەك:

نەخۆشیی (برایت) یان هەر نەخۆشیەکی دیکەی کە تووشی گورچیلەکان دێ یان ئاوسانی گلاندەکانی سەر گورچیلەکان کە بەناوی کۆنیشانی (کوشینگ) ناودەبرێ، یان تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر کە لەزگماکیەوە دروست بووە.
ئەو نەخۆشەی بە پلەیەکی ناوەنجی تووشی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێنی سەرەتایی بووە لەوانەیە چەند ساڵێك وا بمێنێتەوە بێ ئەوەی نیشانەیەکی لێ دەرکەوێ یان هەست بەو بەرزبوونەی پەستانی خوێنی بکا. رێکەوتی وا بووە کە لەلاوان پلەی بەرزبوونی پەستانی خوێنیان گەیشتۆتە سەتونۆهەت، کەچی ژیانێکی چالاك و ئاساییان بەسەر بردووە. بەلاّم لەبەر ئەوەی پەستانی خوێنی بەرز بارگرانی دەخاتە سەر دڵ و لوولەکانی خوێن بۆیە ئەوانەی تووشی بەرزیی پەستانی خوێن بوون لەوانەیە نیشانەی وەك: سەرئێشە و بێهێزی و ماندووبوون و هەناسەتەنگیان لێ دەرکەوێ.

بەدەگمەن بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن بەتەنیا دەبێتە هۆی مردن، بەڵام لەزۆر باراندا بەڵگەیەکە بۆ بوونی دەردێك ئەوجا ئەو دەردە جەستەیی بێ یان سۆزداری و دەبێ ڕاست بکرێتەوە. هەروەها ئەندامەکانی دیکەش بێهێز دەکا و لەوانەیە وایان لێبکا نەتوانن کارەکانی خۆیان ئەنجام بدەن و لەوەشەوە تووشی نەخۆشیی ترسناك دێ. نزیکەی پازدە لە سەتی ئەوانەی بە بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن دەمرن هۆکارەکەی جەڵتەیە و نزیکەی شەست و پێنج لەسەتی ئەوانە بەهۆی جەڵتەی دڵەوە دەبێ.

لەئەنجامی ئەو چاودێریە تەندروستیەی ئێستا هەیە و ئەو دەرمانە نوێیانەی پەستانی خوێن کەمدەکەنەوە ئەمڕۆ زۆربەی تووشبووان بەپەستانی بەرز دەتوانن ژیانێکی چالاك و بەسوود بەسەربەرن.

دەتوانرێ پەستانی خوێنی بەرز بەو دەرمانانە چارە بکرێ، چ بەوەی ئاستی پەستانەکە کەمبکرێتەوە یان نیشانەکانی نەیەڵێ. وە لەبەر ئەوەی قەڵەوی دەبێتە هۆی

زۆربوونی پەستانی خوێن بۆیە پزیشك شێوازێكی ئەوتۆی خواردنی بۆ دادەنێ كە لاوازی بكا. ئەگەر دڵەڕاوكێی سۆزداری هۆكاری بەرزبوونەوەكە بێ ئەوا دەكرێ لەلایەن پسپۆڕی نەخۆشیەكانی دەروونەوە یارمەتی بدرێ. لەو بارە توندانەی كە بەحەسانەوە و خابوونەوەی دەمار و ڕێكخستنی خواردن و دەرمانان چاك نابنەوە لەوانەیە پزیشك ڕێگای نەشتەرگەری بۆ دەمار بگرێتە بەر.

٧- نزمبوونی پەستانی خوێن
Low Blood Pressure

بارێکە کە تێیدا خوێن لەژێر پەستانێکی کەمتر لەهی ئاسایی بەناو جەستەدا دەسووڕێتەوە. ئەوەی کە بەپەستانی نزمی خوێن یان دابەزینی پەستانی خوێن ناودەبرێ شتێکی رێژەییە و دەبێ دەستنیشانکردنی پەیوەست بێ بەو کەسەی کە لێی دەبینرێ چونکە ئەو دابەزینەی پەستان رەنگە لەیەکێك ئاسایی و لەیەکێکی دیکەدا نەخۆشی بێ.

ئەگەر ئەو دابەزینەی پەستانی خوێن نیشانەی دیکەی وەك لەخۆچوون و تۆرەسەرەسووڕەی ناوە ناوەی لەگەڵدا نەبوو، کە بەئاسانی لەلایەن پزیشکەوە چارە دەکرێن، ئەوا زیان بە تەندروستی ناگەیەنێ بەڵکو بەپێچەوانەوە لەزۆر کەساندا ئەو دابەزینە دەبێتە هۆی ژیانێکی پڕ لەتەندروستی و بەدەگمەن دەبێتە هۆی نەخۆشیەکی ئاشکرا. بەدەگمەنیش دەبێتە هۆی بێزاری. لەزۆربەی بارەکاندا پەستانی خوێنی

کورژبـوونی کـه لـه سـەت میللیمـەتری جیـوە کـەمتربێ بەدابەزینی پەستان دادەنرێ. زۆربەی ئەوانەی وەرزشکارن بـەتێکڕا پەسـتانی خوێنیـان (٦٠\١٠٠ میللیمـەتر جیوەیـە). بـەڵام زۆر دابـەزینی پەسـتانی خـوێن نیـشانەی زۆر گرنگـی لەگەڵـدا دەبـێ کـە هەنـدێك جـاران پێویـست بەچـاودێریی پزیـشکی دەکـا. یـەکێك لـەو بارانـە کـە بـە شـۆك (سـەدمە = ساتمە) ناودەبرێ کە لەدوای خوێنبەربوون یـان بەرکـەوتنێکی گـەورەوە ڕوودەدا. لـەو بارانـەدا پێویـست بـەخوێن گواسـتنەوەیەکی زۆر دەکـا بـۆ ئـەوەی پەسـتانەکەی وەکـو جـارانی لێبێتـەوە. یـەکێك لـەو نەخۆشـیە دەگمەنانـەی کـە دابەزینی پەستانی خوێنی لەگەڵ دایە نەخۆشیی (ئەدیـسۆن) و لاوازیی کارکردنی گلاندی مل (تایرۆید = دەرەقیە)ە. بـەڵام لـەم بارانـەدا نەخۆشـیە بنەڕەتیەکـە نیـشانەی زۆر و گرنگـی دیکـەی هەیـە کـە لەتەنیـشت ئەوانـەوە دابەزینەکـە ئەوەنـدە گرنگیی نامێنێ.

٨- ڕەقبوونی خوێنبەرەکان
Arteriosclerosis

٨-١. پێناسە: نەخۆشیەکی باوە بەتایبەتیش لە بەساڵاچوواندا کە تێیدا دیواری خوێنبەرەکان ئەستوور و ڕەق دەبن و لاستیکیەکەیان نامێنێ. بەمەش دەبێتە شوێنی کۆبوونەوەی نیشتەیی کانزایی و چەوری لەسەر ڕووی ناوەوەیان کە ڕۆژ دوای ڕۆژ ڕێگە لە ڕۆیشتنی خوێن دەگرن. دوو جۆری سەرەکی لە ڕەقبوونی خوێنبەرەکان هەیە، یەکێکیان: ڕەقبوونی لەخۆوەیە کە لەئەنجامی نیشتنی ریشاڵ و مادەی کانزایی لەناو چینی ناوەڕاستی دیوارەکەیەوە دەبێ، بەڵام جۆری دووەم: کە ڕەقبوونی (تێچینەییە) تێیدا مادە چەوری و نا چەوریەکان لەسەر ڕووی ناوەوەی خوێنبەرەکان دەنیشن و ئەوەی کە بە "تۆپەڵە تێچینەیی ڕەق" ناودەبرێ دروست دەکەن. ئەم تۆپەڵانە وردە وردە گەورەتر دەبن و ڕێبازی خوێن دەگرن.

لەناو ئەم دوو جۆرەدا تۆپەڵە تێچینەییە رەقەکە زۆرتر باوە و پتریش مەترسیدارە و لەزۆربەی بارەکاندا کە ناوی رەقبوونی خوێنبەرەکان دەهێنرێ مەبەست لەم جۆرەیانە. باشتریش وایە لە رووی زانستیەوە هەردوو جۆرە رەقبوونەکە بەیەك چاو سەیر بکرێن و بەیەك نەخۆشی دابنرێن.

ئەمڕۆ رەقبوونی خوێنبەرەکان بەکوشندەترین نەخۆشی دادەنرێ کە دەبێتە هۆی لەپەککەوتنیش بەتایبەتی لەو ولأتانەی کە ماوەیەکی زۆریان لەپێشکەوتن و خۆشگوزەرانی بریوە. ئەم نەخۆشیە دەبێتە هۆی تووشبوون بە نەخۆشیەکانی دڵ و ئیفلیجبوون و مەیینی خوێن لەناو خوێنبەرەکانی مێشکدا. بەزۆری رەقبوونی خوێنبەرەکان لەناوەڕاستەکانی تەمەن و لە پیریدا روو دەدا.

٨-٢. هۆکارەکان:

هۆکارە راستەقینەکانی رەقبوونی خوێنبەرەکان تا ئێستاش بەوردی نەزانراون، بەلأم پزیشکان لە دەستنیشانکردنی هەندێك لەو هۆکارانەی کە یارمەتی دروستبوونی ئەم نەخۆشیە دەدەن سەرکەوتوون. لەوانە

وادەردەکەویٚ کە بۆماوەیی پشکێکی کەمی بەربکەویٚ چونکە دەرکـەوتووە کـە پیـاوانی هەنـدێك خێزانـان پـتر لـەژنان ئامادەییان هەیە بۆ تووشبوون بەم دەردە. لەو راستیەشـەوە ئـەوە دەردەکـەویٚ کـە ئافرەتـان بەدەگمـەن پـێش تەمـەنی لەخولی مانگانە چوونەوە تووشی ئەو نەخۆشیە دێـن چـونکە دیارە هۆرمۆنە سێکسیەکان پەیوەندیەکان بـەم نەخۆشیـەوە هەیـــە. لەوانەیـــە نەخۆشـــیی رەقبـــوونی خوێنبـــەرەکان پەیوەندیان بە نەخۆشیی دیکەشـەوە هـەبیٚ چـونکە ئەوانـەی تووشـــی نەخۆشـــیی شـــەکرە بـــوون بەتایبـــەتی، تووشـــی رەقبوونی خوێنبەرەکان دێـن و زووتـر لەخـەڵکانی دیکـە ئـەو نەخۆشـیەیان لیٚ دەردەکـەویٚ. لەنەخۆشـیەکانی دیکـەی کـە دەبنـە هـۆی رەقبـوونی خوێنبـەرەکان بـەرزبوونی پەسـتانی خوێن و کەمدەردانی گلانـدی مـل (تایرۆیـد)ە لەگـەڵ هەنـدێك لەو تێکچوونانەی کـە لەهەرسـکردنی خواردەمەنیـەکان لـەناو لەشدا روودەدەن، وەك: نەخۆشیی پاشـایان (کـە تێیـدا بـڕی یوریك ئەسید لەناو خوێندا زۆر بەرز دەبێتەوە).

ئـــەو پەیوەندیـــە ئـــاڵۆزەی کـــە لـــەنێوان رەقبـــوونی خوێنبەرەکان و بەرزبوونەوەی پەستانی خوێندا هەیـە هێشتا زۆر روون نیە، چـونکە ئـەوەی کـە زانـراوە بەبـەردەوامبوونی بەرزیی پەستانی خوێن رەقبوونی خوێنبەرەکان پەیدا دەبـێ. لەوانەیـە هـەردوو بارەکـە هەریەکـە و بەتـەنیا هـەبێ بـەڵام بەزۆری پێکەوە دەبـن. لێرەشـەوە مەترسـیەکە دەردەکـەوێ چونکە ئەگەری کاریگەریان لەسەر دڵ و ئەندامـەکانی دیکـەی لەش زۆرتر دەبـێ. وەکـو نموونـە بـۆ ئـەو کاریگەریانـەی کـە لەسەر دڵ دەردەکەون پێویستیی ماسوولکەی دڵـە بـۆ هێـزی زۆرتر بۆ پاڵدانی خوێن بەناو خوێنبەرەکانـدا لەبەرامبـەر ئـەو پەستانەی کـە تێیاندایـە. هـەروەها رەقبـوونی خوێنبـەرەکان لەوانەیە تووشی چـەمکەخوێنبەرەکانی دڵـیش بـێ کـە خـوێن دەگەیەننە ماسولکەی دڵ و لەئەنجامدا تەسك دەبنەوە و بڕی ئـەو خوێنـەی کـە بەناویانـدا دەڕوا بـۆ دڵ کـەم دەبێتـەوە، بەمەش ئـەو بارگرانیـە زۆرەی کـە کەوتۆتـە سـەر دڵ بـەهۆی پەسـتانی زۆر و کـەمیی خـۆراك پێگەیـشتنەوە دەبێتـە هـۆی مەترسیەکی گەورە.

هۆکارێکی دیکەش هەیە کە ئێستا زانستی پزیشکی بایەخێکی زۆری پێدەدا بۆ لێکۆڵینەوە ئەویش ئەو پەیوەندیەیە کە لەنێوان رەقبوونی خوێنبەرەکان و (کۆلیستیرۆڵ) دا هەیە. کۆلیستیرۆڵ مادەیەکی چەوریە و لەناو زۆربەی شانەکانی جەستەدا هەیە. بەڵگە هەیە دەیسەلمێنێ کە بەرزبوونی ئاستی کۆلیستیرۆڵ لەناو خوێندا بەزۆری لەگەڵ رەقبوونی خوێنبەرەکان دایە. هەروەها وا دەردەکەوێ کە ئاستی کۆلیستیرۆڵ لەوپەڕی بەرزی دا دەبێ کاتێك کە خواردنەکانمان چەوریی لەجۆری ترشە تێرەکانی تێدا زۆربێ، وەك: شیر و بەروبوومەکانی و هێلکە و بەزی گۆشت، بۆیە پزیشکانی دڵ پێیان باشە خەڵك لەهەردوو جۆرە خواردەمەنیەکی کە چەوری تێر و ناتێریان تێدایە بەبڕی وەکو یەك بخۆن. چەوریە ناتێرەکان لە رۆنی گیایی و لەگۆشتی ماسی و باڵندەکاندا زۆرە.

ئەوەی کە دەبێ تێبینی بکرێ ئەوەیە کە هەرچەندە لەوانەیە بکرێ نەهێڵین رەقبوونی خوێنبەرەکان دروست بێ یان کۆنترۆڵ بکرێ ئەویش لە رێگەی چاودێریی باش، بەلاّم

ئەگـەر نەخۆشیەکە دەرکـەوت ئـەوا نـاتوانرێ خوێنبـەرەکان بگەڕێنرێنەوە دۆخی نەرم و لاستیکیی جارانی خۆیان.

٨-٣. نیشانەکان:

نیشانەکانی رەقبوونی خوێنبەرەکان دەوەستێتە سەر ئەو خوێنبەرانـەی کـە زۆرتـر کاریـان تێکـراوە. نیـشانە زووەکـان لەوانەیە ساردبوونی پێیەکان و سڕبوونیان (مێروولـەکردنیان) و سەرەسوورِە و هەناسەتەنگی و سەرئێشە و زوو ماندووبوون بـێ. ئەگـەر خوێنبـەرەکانی قاچـەکان تووشـی هـاتبوون ئـەوا لەوانەیە تووشی گرژی و ئـازار و ژانـی تونـد بـێ لەلاقـەکانی، بەتایبـەتی دوای کـەمێك چـالاكی نوانـدن هەرچـەندە کـەمیش بێ. لەوانەیە نیشانەکانی لەکارکـەوتنی گورچـیلەکان پـەیدابن ئەگـەر ئـەو خوێنبەرانـەی خـوێن دەگەیەننـە گورچـیلەکان تووشی هـاتبن. ئەگـەر خوێنبـەرەکانی کـە بـۆ مێـشك دەچـن تووشـی بـێن ئـەوا لەوانەیـە نیـشانەی وەك: هـۆش و بـیر تێکچوون و لەبیرکردن دەربکەون.

٨-٤. ئــەو نەخۆشــیانەی کــە لــەو نەخۆشــیەوە ســەرهەڵدەدەن: لەبــەر ئــەوەی رەقبــوونی خوێنبــەرەکان

بەهۆکارێکی گرنگی ناو هۆکارەکانی تووشبوون بەنەخۆشیەکانی دڵ و هەندێك تێکچوونی دیکە دادەنرێ، بۆیە نیشانەکانی بەزۆر شێوە دەردەکەون. ئەگەر یەکێك لە چەمکە خوێنبەرەکانی کە خوێن دەگەیەننە دڵ بەنیوەچڵی گیرا، ئەوا ئەنجامەکەی تووشبوون دەبێ بە سینگەبڕکێ و نیشانەکانیشی ئازار و هەستکردن بەتوندی و گوشرانی سینگ دەبێ. هەندێك جاریش دڕبوونی (زبربوونی) ناوەوەی ئەو خوێنبەرەی کە تووشی رەقبوون هاتووە کە خوێنەکەی پێدا دەڕوا لەسەر شوێنە دڕەکەدا دەمەیی، ئەوەش لەوانەیە رێبازی خوێن بگیرێنێ یان پارچە خوێنە مەییوەکە رۆژێك لەرۆژان لەدیواری خوێنبەرەکە دەبێتەوە و بەناو خوێندا دەڕوا تا دەگاتە شوێنێك لەناو سووڕی خوێن و دەیگیرێنێ و نایەڵێ خوێن بۆ ناوچەکە بڕوا. ئەمەش بەزۆری روودەدا. ئەگەر پارچە خوێنە مەییوەکە یەکێك لەچەمکە خوێنبەرەکانی دڵی گیراند ئەوا نۆرە دڵ روودەدا. ئەگەر لەپڕێکەوەش خوێنبەرێکی مێشکی گیراند ئەوا دەبێتە هۆی

جەڵتەی مێشك و ئیفلیجبوونی نیوەی جەستە. ئەگەر خوێنە مەییوەکە لەناوەوەی یەکێك لەخوێنبەرەکانی ملدا دروست بوو ئەوا لەوانەیە بەنەشتەرگەری لاببرێ. هەروەها لە باسك و قاچەکانیشدا ئەگەر بەتەواوی یەکێك لەخوێنبەرەکانی گرت ئەوا نایەڵێ چیدی خوێن بۆ ئەو پەلە بڕوا. لەزۆربەی ئەو بارانەدا دەکرێ خوێنە مەییوەکە بەنەشتەرگەری لاببرێ یان دەربهێنرێ.

۸–۵. چارەسەری و خۆپاراستن.

لەئێستادا هیچ چارەسەریەك نیە بۆ گەڕاندنەوەی ئەو خوێنبەرانەی رەقبوون بۆ دۆخی جارانیان چونکە هەرکە تووشی ئەو رەقبوونە بوون ئیدی جارێکی دیکە دیوارەکانیان ئەو نەرمی و لاستیکیەی جارانیان بۆ ناگەڕێتەوە یان ئەوانەی کە لەسەریان نیشتوون لانابرێن. بۆیە لەجیاتی هەوڵدان بۆ ئەوانە دەبێ روو لەچارەسەریەك بکەین کە رێگە لە خراپتربوونی بارەکە بگرێ یان وا لە خوێنبەرە نزیك و دراوسێکانی بکەین کە فراوانتربن و قەرەبووی ئەو کەمبوون

و نەمانـەی خـوێن ڕۆیـشتنە بـۆ ناوچـەکە بکەنـەوە. لـەو دەرمانانـەی کـە بـۆ سـینگەبڕکێ بەسـوودن دەرمـانی (نایترۆگلیسیرین) و هەنـدێکی وەك ئـەون. بەنەشـتەرگەری هەندێك جار لەجیاتی ئەو خوێنبەرانەی کە ڕەقبوون و گیراون هی قاچ و مل بەکار دەهێنرێن و لەجێیان دادەنرێ.

بـاوەڕ وایـە کـە چـاودێریی خـۆراکیی کـۆنترۆڵکراو کاریگەریـەکی گرنگـی هـەبێ لەنەهێشتنی تووشـبوون بـە ڕەقبوونی خوێنبەرەکان. باشـتر وایـە خواردەمەنیـەکانی ئـەو نەخۆشانە بڕێکی کـەم لەکۆلیستیرۆڵ و چـەوریەکانی دیکـەی تێدابێ لەگەڵ پتر هەڵبژاردنی چەوریی ناتێر لەجیاتی هی تێر. حەسـانەوە و ڕابـواردن دوو هۆکـاری دیکـەی گـرنگن لەچـارەکردنی ئـەم نەخۆشـیە. لەوانەیـە پزیـشك جـۆرە وەرزشێکیش دەستنیشان بکا بۆی. ئەگەر دەردەکە تووشـی پێیەکان هاتبوو ئەوا دەبێ پێڵاو و جلی ئـەوتۆ لەبـەر بکـرێن کە لەگەڵ نەخۆشیەکە بگونجێن، چونکە هی تەسك پـتر ڕێگـە لـە خوێنگـەڕان بەناویانـدا دەگـرێ. نـابێ پێیـەکان تووشـی

ساردی و شێداری و سووتانەوەی میکرۆبان بکرێن. ئێستا پزیشکان هەندێك دەرمان تاقی دەکەنەوە کە لەوانەیە سوودیان بۆ چارەکردنی رەقبوونی خوێنبەرەکان هەبێ بەلام هێشتا هەر لەقۆناغی ئەزموونگەری دان. پێویستە گرنگیەکی زۆریش بەو نەخۆشیانە بدرێ کە رێ بۆ تووشبوون بەرەقبوونی خوێنبەرەکان خۆش دەکەن، لەوانە: نەخۆشی شەکرە و بەرزی پەستانی خوێن و نەخۆشیی پاشایان. ئەوانە بەپێی توانا دەبێ چارە بکرێن یان بخرێنە ژێر چاودێری بۆ کەمکردنەوەی کاریگەریەکانیان.

لەبەر ئەوەی هۆکارەکانی رەقبوونی خوێنبەرەکان بەتەواوی نەزانراوە، بۆیە ئەو رێکارانەی کە بۆ رێگەگرتن لەو نەخۆشیە دەگیرێنە بەر مەرج نیە بەتەواوی رێگری لێبکەن چونکە ئەو نەخۆشیە تا رادەیەك بە کاریگەریی بەساڵداچوون دادەنرێ. بەلام نەهێشتنی قەڵەوبوون بەگشتی بەهۆکارێکی گرنگ دادەنرێ بۆ تەندروستیەکی باش و وا دەردەکەوێ کە دەرکەوتنی رەقبوونەکە دوا بخا. ئەو پیاوانەی تەمەنیان لە

سی و پێنج ساڵ تێپەڕیوە دەبێ بەشێوەیەکی تایبەتی چاودێریی کێشیان بکەن و ئاگایان لەو خواردنانە بێ کە چەوری تێریان تێدا زۆرە وەك گۆشت و شیرەمەنیەکان. باوەڕ وایە کە خواردنی چەند جەمێکی سووك باشتربێ لە یەکدوو جەمی قورسی ڕۆژانە. هەروەها پێویستە بەرێکوپێکی ڕاهێنانی وەرزشی ئەنجام بدرێ و جگەرە نەکێشرێ.

٩- گرنگترین نەشتەرگەریە نوێیەکانی دڵ

٩-١. نەشـــتەرگەریی دڵ تایبەتـــە بـــە چـــارەکردنی تووشبوونەکانی دڵ و لوولەخوێنە گەورەکانی ناو سینگ. ئەم پسپۆڕێتیە بایەخ بە دابینکردنی سووڕێکی دیکەی خوێن دەدا لـــەدەرەوەی لـــەش چـــونکە بـــە وەســـتاندنی دڵ لـــەکاتی ئەنجامـــدانی نەشـــتەرگەریەکە دەبـــێ لـــە ڕێگـــەی پـــەمپێکی دەرەکیەوە خوێن بنێردرێ بۆ بەشەکانی لەش. بەڵام زۆربـەی ئـەو نەشـتەرگەریانەی کـە لەسـەر چـەمکەخوێنبەرەکانی دڵ ئەنجام دەدرێن پێویستیان بەمە نیە.

٩-٢. جۆرەکانی نەشتەرگەریەکان:

٩-٢-١. نەشتەرگەریی چەمکەخوێنبەر: ئەوەش بەدانانی پارچەیەك لە لوولەی خوێن دەبێ کە وەکو پردێك شاخوێنبەر بە چەمکەخوێنبەرەوە دەگەیەنێ کاتێك کە یەکێك یان بەشێك لەو خوێنبەرانە تەسك دەبنەوە. هەرچەندە ئەم نەشتەرگەریە هەنـدێك جـار باشـە بـەڵام ئـەمڕۆ لەلایـەن ئـەوەی کـە بـە

جوانکاری لوولەخوێن Angioplasty ناودەبرێ رکابەری دەکرێ کە ئەویش بریتیە لە چاکردنەوە یان فراوانکردنی ئەو لوولە خوێنەی کە تێکچووە یان تەسکبۆتەوە.

٩-٢-٢. زمانەی دڵ: دەکرێ زمانەی تێکچووی دڵ بەزمانەی دیکە بگۆڕدرێ کە لەمادەی پیشەسازی یان لە شانەی زیندوو دروست کرابێ.

٩-٢-٣. چاکردنەوەی تێکچوونە زگماکیەکانی دڵ: لەوانەیە چاکردنەوەکە بەتەواوی یان بەنیوەچڵی بێ. بەزۆری لەتەمەنێکی زوو و گچکەییدا ئەنجام دەدرێن و رۆژ دوای رۆژ و پلە پلە چاك دەکرێنەوە. ئەوەش پسپۆڕیەتیەکی دیکەیە دەخرێتە سەر چارەسازیەکانی دڵ.

٩-٢-٤. نەشتەرگەری بۆ کەوتنی دڵ: ئێستا زۆر جۆرە نەشتەرگەریی چاکسازی پەیدابووینە کە سوودەکانیان بە پلەی جیاوازە بەڵام لەهەموویان دیارتر لەم سەردەمەدا دوو نەشتەرگەریی دیارن ئەوانیش:

چاندنی دڵ.

- دانانی دڵێکی دەستکرد چ بۆ ماوەیەکی کاتی یان بەردەوام بێ.

٩-٢-٥. نەشتەرگەری بۆ شاخوێنبەری ناوچەی سینگ: بریتیە لەگۆڕینی هەموو شاخوێنبەرەکەی ئەم ناوچەیە یان بەشێکی لەگەڵ دووبارە چاندنەوەی چەمکە خوێنبەرەکانی کە بۆ دڵ دەچن. لەم رووەوە شاخوێنبەری ناوچەی زگ وەکو خۆی دەمێنێتەوە و پسپۆڕێتی لەنەشتەرگەریەکانی تایبەتە بە نەشتەرگەریی لوولەکانی خوێن نەك نەشتەرگەریی دڵ.

٩-٢-٦. دەردانی ئەو ئاوە زۆرەی کە لەناو پەردەی دڵدا کۆدەبێتەوە لەلایەن هەر پسپۆڕێکی نەشتەرگەریەوە دەکرێ و مەرج نیە تەنیا پسپۆڕی نەشتەرگەریی دڵ ئەنجامی بدا.

٩-٢-٧. نەشتەرگەریی تێکچوونی لێدانی دڵ: نەشتەرگەریی دڵ لەم بوارەدا خۆی لەبەرامبەر رکابەریی تەکنیکی کارۆفیزیۆلۆجیادا دەبینێتەوە و پزیشکی پسپۆڕی نەشتەرگەری دڵ بەدەگمەن خۆی لەقەرەی ئەمە دەدا.

دەبێ ئامارژەش بەوە بکەین کە پزیشکی نەخۆشیەکانی دڵ، نەك پزیشکی پسپۆڕی نەشتەرگەریی دڵ، ئامێری ڕێکخستنی دڵ دادەنێ تەنیا هەندێك جار نەبێ.

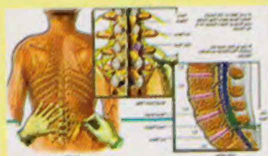
تێبینی: خوێندنەوەی ئەو چارەسەریانەی لەم نامیلکەیەدا هاتووە جێی پزیشك ناگرێتەوە و تەنیا پزیشکە کە دەستنیشانکردن و چارەسەریەکان هەڵدەبژێرێ.

ناوڕۆك

زنجیرەی تەندروستی و ژیان

پشت ئێشە (ئازاری پشت)

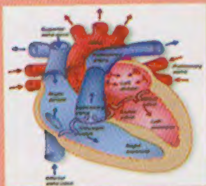
وێنەگرتنی لەرینەوەی موگناتیزی، وێنەگرتنی سی تی سکان، رەگ ئێشە، دیسکی بڕبڕەی پشت...



دانانی/ لیژنەیەک لە پزیشکان
وەرگێڕانی/ د. فەیسەڵ عارەب بلباس
پێداچوونەوە/ موحسین جینی

زنجیرەی تەندروستی و ژیان

نەخۆشییەکانی دڵ



دانانی/ لیژنەیەک لە پزیشکان
وەرگێڕانی/ د. فەیسەڵ عارەب بلباس
پێداچوونەوە/ موحسین جینی

زنجیرەی تەندروستی و ژیان

ئالەزگ (زگ ئێشە، ئازارەکانی زگ)

پەردەی زراو، ریخۆڵەکوێرە، کوانەکانی گەدە و ریخۆڵە، سووتانەوەی مەعیدان...

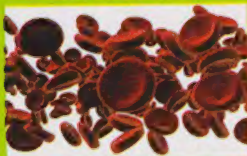


دانانی/ لیژنەیەک لە پزیشکان
وەرگێڕانی/ د. فەیسەڵ عارەب بلباس
پێداچوونەوە/ موحسین جینی

زنجیرەی تەندروستی و ژیان

خوێن و نەخۆشیەکانی

کەمخوێنی، هیموفیلیا، شێرپەنجەکانی خوێن، شێرپەنجەی سیستمی لیمف...



دانانی/ لیژنەیەک لە پزیشکان
وەرگێڕانی/ د. فەیسەڵ عارەب بلباس
پێداچوونەوە/ موحسین جینی

نرخی (٢٠٠٠) دینارە

چاپخانەی شەهاب
٠٧٥٠ ٤٤٨٣٨١١